



La Dieta Mediterránea llega a los colegios con la campaña 'Mediterraneamos'

12-09-2014

El Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente ha presentado la segunda edición de la campaña 'Mediterraneamos'; una iniciativa cuyo objetivo es informar sobre la importancia de adquirir unos buenos hábitos alimenticios desde una edad temprana, y fomentar la actividad física diaria.

El pasado 11 de septiembre, el director general de la Industria Alimentaria del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, **Fernando Burgaz**, presentó la segunda edición de la campaña '**Mediterraneamos**'; una iniciativa cuyo objetivo es informar sobre la importancia de adquirir unos buenos hábitos alimenticios desde una edad temprana, y fomentar la actividad física diaria. Actualmente se calcula que el 60% de los menores se está alejando de este tipo de dieta.

Hábitos alimentarios de los niños

En la presentación de la campaña se recordó que, según el estudio *Aladino* de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, cerca de 1 de cada 2 niños españoles entre los 6 y los 9 años, tiene exceso de peso, lo cual podría derivar en pérdida de calidad de vida cuando sean adultos. También se resaltó el alejamiento de la Dieta Mediterránea constatado en el 60% de los menores, así como el incremento del sedentarismo.

Frente a estos datos, el director general subrayó la conveniencia de actuar sobre la alimentación durante la infancia, "*ya que es una etapa en la que se inician y consolidan los hábitos alimenticios de la edad adulta*", y destacó el papel de las instituciones educativas como un canal idóneo para cualquier tipo de acción formativa.

En la campaña se priorizará el consumo de las frutas y hortalizas de temporada, como parte de esa alimentación saludable, y en consonancia con las actuaciones que se están impulsando en la promoción de estos productos frente al veto ruso a los productos europeos.

Talleres escolares de Dieta Mediterránea

En la presentación se resaltó la importancia de los talleres escolares de Dieta Mediterránea que incluye la campaña, unas sesiones teórico-prácticas acerca de la Dieta Mediterránea, y hábitos de vida saludable, en la que participarán 40.000 escolares de primaria y secundaria. Estos talleres, explicó Burgaz, se han iniciado en una primera fase durante los meses de abril a junio, y tendrán su continuación durante el trimestre de septiembre a noviembre, con una amplia participación que implicará también a más de 1.600 profesores, 150 directores de centros y 150 responsables de comedores de primaria.

Entre las actividades de la campaña, anunció también que se ha lanzado una segunda edición del concurso *Rapea tu receta*, en el que podrán participar jóvenes entre los 13 y los 16 años, enviando vídeos de una receta rapeada y realizada con ingredientes vinculados a la Dieta Mediterránea. Los ganadores recibirán un cheque para su centro educativo, y tendrán la oportunidad de grabar un video con el *youtuber* **Rush Smith**.

En el marco del impulso de la Dieta Mediterránea, que Burgaz definió como un modelo de alimentación "*variado, equilibrado y saludable y como una filosofía de vida basada en una forma de alimentarnos, de cocinar los alimentos y de compartirlos mientras se disfruta el entorno, la cultura, el paisaje y las tradiciones*", se expusieron también las distintas actividades que el ministerio ha desarrollado durante los últimos meses como la participación del en los campeonatos de España en edad escolar o los campamentos 'Mediterraneamos en el vivero'.

Artículo relacionado:

['40.000 escolares aprenden sobre los beneficios de la Dieta Mediterránea'](#).