



La educación nutricional en el 'cole' influye directamente en el cambio de hábitos

02-02-2016

Según un estudio en el que han participado más de 3.200 estudiantes de secundaria de 104 centros escolares, los alumnos y alumnas que realizan talleres sobre nutrición modifican claramente sus pautas alimentarias. El trabajo se ha hecho público en el marco de la presentación de la *Cátedra de economía pública* creada por la UIC y Eurest Catalunya.

El pasado 21 de enero se hicieron públicos en Barcelona, los resultados del estudio '*El impacto de la formación nutricional sobre decisiones alimentarias*', un trabajo firmado por **Toni Mora**, director de la recientemente creada *Cátedra de economía pública: evaluación de políticas sanitarias y educativas*, que la UIC (*Universitat Internacional de Catalunya*) tiene con la firma Eurest Catalunya.

El estudio, en el cuál han participado más de 3.200 estudiantes de secundaria de 104 centros escolares de Barcelona, aporta luz sobre cómo se ven modificadas las decisiones alimentarias a la hora de desayunar, después de haber recibido un taller de formación sobre hábitos de alimentación saludables en la escuela.

El estudio, desarrollado entre febrero y mayo de 2015, dividió la muestra en dos grupos, uno acudió a un taller de nutrición y el otro no. En una segunda fase, los alumnos que recibieron el taller de nutrición se vio que escogieron alimentos y bebidas más saludables en comparación con la primera de las elecciones que habían realizado (antes del taller). El impacto fue más alto en términos de reducción de alimentos no saludables (15%), en comparación con las bebidas no saludables (6%). Destaca el hecho que antes de realizar el taller un 75% de los niños se habían decantado por bebidas no saludables azucaradas, con una elevada carga calórica.

La formación consistió en dar información a los escolares sobre el contenido de los productos no saludables, como *croissants* y *donuts*, y sobre la cantidad de azúcar que llevan refrescos y zumos industriales, alertando de los 'efectos adversos' que comporta en la edad adulta, ya que puede provocar diabetes y obesidad.

Según declaraciones del autor del estudio a Europa Press, "*si una actuación tan corta tiene un impacto como éste, imagínate una actuación durante todo el años en Primaria y Secundaria*", Mora aconsejó también introducir la formación nutricional de forma

transversal en materias como Matemáticas y Lengua.

Presentación de la Cátedra

El Salón de Grados de UIC Barcelona acogió la presentación de la *Cátedra de economía pública: evaluación de políticas sanitarias y educativas*, que la Universidad Internacional de Catalunya (UIC) tiene con la empresa Eurest Catalunya.

En la presentación de la Cátedra, **Xavier Gil**, rector de UIC Barcelona, afirmó que *“cátedras como ésta manifiestan la voluntad de la universidad para traspasar las fronteras de las aulas, y así poder contribuir a la sociedad”*.

Por su parte, **Eva Ódena**, presidenta de Eurest Catalunya, recalcó que *“es muy importante reforzar la formación para concienciar sobre hábitos de alimentación saludables desde las escuelas, para transmitir unas pautas que contribuyan a combatir problemas de salud tan importantes como la obesidad infantil”*. Ódena explicó que Eurest Catalunya sirve más de 17 millones de comidas al año, muchas de ellas en comedores escolares, y que están trabajando para que los niños se conviertan en los protagonistas cuando escogen los alimentos saludables en casa.

El acto contó también con una conferencia sobre dieta mediterránea y obesidad infantil impartida por **Lluís Serra-Majem**, catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública en la Universidad Las Palmas de Gran Canaria y presidente de la Fundación Dieta Mediterránea; y otra de **Josep M. Argimon**, director de la *Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya*, quien manifestó a los asistentes la necesidad de trabajar por una mejor evaluación de las políticas sanitarias y por una cultura de la transparencia. Argimon destacó la *“necesidad de compartir los datos que la administración tiene con aquellas personas o grupos de interés que pueden generar conocimiento y mejorar la salud pública y el bienestar colectivo”*.

Así mismo, durante el acto, **Gemma Salvador**, dietista-nutricionista de la *Agència de Salut Pública de Catalunya*, presentó la estrategia de la Generalitat de Catalunya para la promoción de la salud.