



Restauracióncolectiva
El portal de referencia para los profesionales del sector

Te encuentras en Inicio / Segmento / Comedores escolares /



Programa TAS de promoción de la alimentación saludable en el ámbito escolar

21-01-2015

El Programa TAS (Tú y Alicia por la Salud) ha sido llevado a cabo por la Fundació Alicia, con el objetivo de mejorar los hábitos alimentarios y de actividad física de los adolescentes españoles entre 14 y 15 años.

Se trata de un programa de intervención y promoción de hábitos saludables que se inició en 2011 como un programa piloto, para evaluar los hábitos de alimentación y de actividad física antes y después de una intervención educativa en el aula. El programa se llevó a cabo con una muestra de 2.516 alumnos de entre 14 y 15 años, de 103 clases de tercero de la ESO de 79 escuelas públicas, concertadas y privadas de toda España.

El Programa TAS apuesta por la cocina como una herramienta básica para mejorar la alimentación y el fomento de la actividad física a través del ocio activo, dos estrategias que deben trabajarse siempre conjuntamente.

Un aspecto diferencial del programa ha sido la edad del grupo al que van dirigidas las acciones, los adolescentes, porque realmente es en esta edad cuando los jóvenes empiezan a ser independientes a la hora de tomar decisiones sobre lo que comen, a tener independencia económica para comprar lo que les apetezca y a disponer de tiempo libre con los amigos, desplazando la familia a un segundo plano.

Según los diseñadores del proyecto, el enfoque del programa consiste, antes que nada, en *“pasar la responsabilidad a los propios estudiantes en un formato amigable tipo... oye, ¿sabes que no estás comiendo bien y que no te mueves suficiente y que esto puede ser perjudicial para tu salud presente y futura? ¿Por qué no me ayudas a buscar estrategias para mejorarlo?”*. Esta implicación resulta ser muy positiva a la hora de alcanzar los objetivos deseados.

Plataforma TAS

El programa, en la actualidad, pone a disposición de cualquier centro de educación secundaria español la plataforma TAS, un proyecto de trabajo en línea y gratuito basado en una metodología contrastada y eficaz.

La plataforma TAS, disponible para los profesores y los centros educativos que estén interesados durante el curso 2014-2015, ofrece las herramientas necesarias para poder trabajar la mejora de los hábitos alimentarios y de actividad física en el aula y, sobre todo, fomentar que sean los mismos adolescentes, con su implicación activa directa, los impulsores y gestores de los cambios.

Desde que se puso en marcha la plataforma el pasado mes de septiembre de 2014, más de 90 clases de 65 centros de enseñanza de diferentes regiones se han inscrito en la plataforma TAS. La fecha límite de inscripción fue el 12 de diciembre de 2014 para todos los itinerarios de la plataforma, a excepción del itinerario *Express*, que tiene como fecha límite el 3 de abril de 2015.

Premios Estrategia Naos

El *Programa TAS* fue galardonado el pasado noviembre con el *Premio Estrategia Naos 2014* a la *Promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar*. Este reconocimiento lo concede la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aecosan), perteneciente al Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. En esta séptima edición de los *Premios Estrategia Naos*, 40 proyectos de un total de 140 fueron seleccionados para la evaluación por parte de los miembros del jurado.

Más información: www.programatas.com