



## Salud Pública de Elda enseña a 2.000 escolares a prevenir la obesidad infantil

24-09-2014

**El Centro de Salud Pública de Elda impartió hábitos saludables para prevenir la obesidad infantil a 1.945 niños de cinco años durante el pasado curso en el ámbito del programa de prevención de la obesidad en Educación Infantil. El programa incluye también, una valoración de los menús y recomendaciones para los centros escolares.**

El programa, puesto en marcha por la Conselleria de Sanitat, tiene como objetivo mejorar la alimentación de los pequeños a través de la realización de talleres y la valoración de los menús escolares de los centros con comedor.

Durante el pasado curso el programa de prevención de la obesidad infantil llegó al 98,11% de los centros escolares con Educación infantil ubicados en las poblaciones pertenecientes al Departamento de Salud de Elda, ya que participaron 52 colegios de la zona, una cifra con la que se ha mantenido la alta participación de otros años y que refleja la gran aceptación con la que cuenta el programa en el ámbito educativo del Alto y Medio Vinalopó.

El programa de prevención de la obesidad infantil, que Salud Pública de Elda llevó a cabo por octavo año consecutivo el pasado curso, consta de dos partes fundamentales. En primer lugar, alumnos del Ciclo Formativo de Grado Superior de Dietética y Nutrición Infantil del IES La Melva de Elda, formados previamente por los técnicos de Promoción de la Salud e Higiene de los Alimentos del Centro de Salud Pública de Elda, impartieron dos talleres a los niños de cinco años, en los que a través de juegos, póster, réplicas de alimentos, dibujos para colorear y proyección de imágenes, les explicaron la forma adecuada de alimentarse, inculcándoles hábitos de vida saludable, como la higiene o el ejercicio físico.

### **Valoración de los menús y recomendaciones para los centros escolares**

Y, por otra parte, se realiza una valoración de los menús escolares, que permite a Salud Pública ofrecer una serie de recomendaciones para cada centro educativo con el objetivo de mejorar los menús y adaptarlos a las necesidades nutricionales de los niños. En este sentido, hay que resaltar que la actuación de Salud Pública de Elda durante estos ocho años ha permitido detectar mejoras significativas en las características nutricionales de los menús que ofertan los colegios del Alto y Medio Vinalopó, con una

reducción en la cantidad de lípidos y un aumento de los hidratos de carbono. De hecho, los datos procedentes de la evaluación de los menús durante el curso 2013-2014 muestran unas cifras acordes a las recomendadas por la OMS, con un 21% de proteínas en las energías suministradas, un 28% de lípidos y un 51% de carbohidratos.

Asimismo, la evaluación realizada sobre las costumbres gastronómicas refleja que el 94% de los centros evaluados respeta la estacionalidad de los alimentos, el 100% utiliza la cantidad adecuada de sal y usa tipos de aceite adecuados (oliva o girasol), el 79% utiliza técnicas culinarias adecuadas, y el 66% tiene menús variados.

Entre las recomendaciones individualizadas que se dan a cada centro educativo para la realización de menús destacan la sustitución de parte de carne roja por pescado para favorecer una calidad de grasa más adecuada, la disminución del uso de frituras y rebozados, fomentando la cocción tanto de los platos principales como de las guarniciones, y la utilización de fruta como postre.