



estrategia
naos

¡come sano y muévete!

V Premios Estrategia NAOS, edición 2011.

Resumen de los proyectos premiados



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD



agencia
española de
seguridad
alimentaria y
nutrición

Índice

1. Presentación de los V Premios Estrategia NAOS, edición 2011.	1
2. El Jurado.....	4
3. El fallo del Jurado: los ganadores.....	6
4. Descripción de los proyectos ganadores de la edición 2011, según las distintas modalidades de los V Premios Estrategia NAOS.	8
4.1. Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito familiar y comunitario	8
4.2. Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de la actividad física en el ámbito familiar y comunitario.....	11
4.3. Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar.....	14
4.4. Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de la actividad física en el ámbito escolar.....	17
4.5. Premio Estrategia NAOS en el ámbito sanitario	20
4.6. Premio Estrategia NAOS a la iniciativa empresarial.....	25
4.7. Premios Estrategia NAOS de especial reconocimiento	25

1. Presentación de los V Premios Estrategia NAOS, edición 2011.

Extracto de la Resolución de 6 de julio de 2011, de la Dirección Ejecutiva de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, por la que se convoca la edición 2011 de los Premios Estrategia NAOS (BOE nº 180, del 28 de julio del 2011).

La elevada prevalencia de obesidad en España, y su tendencia ascendente, impulsaron al Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad a poner en marcha, a través de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, la Estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad (Estrategia NAOS) en el año 2005. El objetivo de esta estrategia es sensibilizar a la población del problema que la obesidad representa para la salud e impulsar las políticas y programas dirigidos a mejorar los hábitos alimentarios y promover la práctica de actividad física.

Desde que se instituyeron estos premios en el año 2007, se ha querido reconocer y dar visibilidad, a aquellas iniciativas consideradas ejemplares y que mejor han contribuido a la consecución de los objetivos propuestos en la Estrategia NAOS, promoviendo la cooperación entre las administraciones y los actores sociales y económicos implicados.

De acuerdo con lo expuesto y con las competencias y funciones conferidas a la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición por el Real Decreto 709/2002, de 19 de julio, por el que se aprueba su Estatuto, y con lo previsto en la Orden SAS/2404/2009, de 1 de septiembre, por las que se aprobaron las bases reguladoras de la concesión de los Premios Estrategia NAOS, he resuelto:

Convocar la edición 2011 de los Premios Estrategia NAOS, de acuerdo con las siguientes normas:

Primera. Objeto.

1. El objeto de esta convocatoria es la concesión de los Premios en su edición del año 2011.

2. La concesión de estos premios se incluye en el marco de la Estrategia NAOS que, desde el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, pretende impulsar las iniciativas que entre sus objetivos básicos impulsen la prevención de la obesidad y otras enfermedades crónicas derivadas, a través de una alimentación saludable y la práctica regular de actividad física.

Segunda. Modalidades de premios.

Con el fin de abarcar los diferentes ámbitos en los que se desarrolla la Estrategia NAOS, se establecen ocho modalidades de premios según se definen en los

apartados siguientes. Siete de ellos se otorgarán a las iniciativas desarrolladas en estos ámbitos desde que se inició la Estrategia NAOS, en el año 2005. Existe una octava modalidad de especial reconocimiento a la trayectoria profesional.

Tercera. *Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito familiar y comunitario.*

El premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito familiar y comunitario se concederá a aquellas iniciativas que se hayan distinguido por su capacidad para inculcar hábitos alimentarios saludables en la población.

Cuarta. *Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de actividad física en el ámbito familiar y comunitario.*

El premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de actividad física en el ámbito familiar y comunitario se concederá a aquellas iniciativas que se hayan distinguido por su capacidad para promover la práctica de actividad física en la población.

Quinta. *Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar.*

El premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar se concederá a aquellas iniciativas que se hayan distinguido por su capacidad para inculcar hábitos alimentarios saludables entre los escolares de los centros de enseñanza infantil, primaria y secundaria, tanto a través de actividades realizadas en el aula como extraescolares.

Sexta. *Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de actividad física en el ámbito escolar.*

El premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de actividad física en el ámbito escolar se concederá a aquellas iniciativas que se hayan distinguido por su capacidad para promover la práctica de actividad física entre los escolares de los centros de enseñanza infantil, primaria y secundaria, tanto a través de actividades realizadas en el aula como extraescolares.

Séptima. *Premio Estrategia NAOS en el ámbito sanitario.*

El premio Estrategia NAOS en el ámbito sanitario se concederá a aquellas iniciativas que se hayan distinguido por su capacidad para implantar medidas de detección precoz del sobrepeso y la obesidad e inculcar hábitos alimentarios saludables y la práctica regular de actividad física en la población, a través del personal de centros y servicios de salud de cualquier titularidad, oficinas de farmacia o cualquier otro centro o institución sanitaria.

Octava. *Premio Estrategia NAOS en el ámbito laboral.*

El premio Estrategia NAOS en el ámbito laboral se concederá a aquellas iniciativas que se hayan distinguido por la capacidad para inculcar hábitos alimentarios saludables, promover la práctica regular de actividad física o ambos, entre los empleados del centro de trabajo.

Novena. *Premio Estrategia NAOS a la iniciativa empresarial.*

El premio Estrategia NAOS a la iniciativa empresarial se concederá a aquellas iniciativas desarrolladas por empresas alimentarias que se hayan distinguido por facilitar la adopción de hábitos alimentarios saludables entre la población mediante mejoras en la composición de sus productos, en la información suministrada en el etiquetado o en la publicidad y marketing de sus productos.

Décima. *Premio Estrategia NAOS de especial reconocimiento.*

El Premio Estrategia NAOS de especial reconocimiento será otorgado, a propuesta de las distintas administraciones públicas españolas cuya actividad esté relacionada con los objetivos de la citada estrategia, a aquellas personas o instituciones cuya trayectoria haya destacado por su dedicación a la promoción de la alimentación saludable o a estimular la práctica de actividad física entre la población, como objetivos básicos de aquélla.

(...)

Decimoquinta. *Criterios generales de valoración de los premios.*

El Jurado valorará los premios Estrategia NAOS de acuerdo con los criterios objetivos que se detallan a continuación:

- a) La metodología del proyecto.
- b) La continuidad del proyecto prevista en los próximos años y la financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlo.
- c) Las sinergias establecidas entre los diferentes sectores participantes.
- d) La evaluación de proceso y de resultados.
- e) El planteamiento innovador y original.
- f) La contemplación de criterios de equidad y perspectiva de género.

Tales criterios objetivos deberán recogerse en la memoria justificativa del proyecto (anexo II).

Decimosexta. *Jurado.*

1. Para la edición del año 2011 se constituirá un Jurado con la siguiente composición: dos representantes de las comunidades autónomas; dos representantes de los municipios y provincias; uno del Ministerio de Educación; uno del Ministerio de Medio Ambiente, y Medio Rural y Marino; uno del Consejo Superior de Deportes; dos del Consejo de Consumidores y Usuarios; dos del Consejo Económico y Social; uno de las asociaciones de madres y padres de alumnos, y dos de las sociedades científicas u organizaciones colegiales del

ámbito de la nutrición, actividad física y obesidad. La Presidencia y Secretaría del Jurado recaerá en personal de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición.

2. El funcionamiento del Jurado se regulará por las normas contenidas en el Capítulo II del Título II de la Ley 30/1992, de 26 de noviembre, de Régimen jurídico de las Administraciones Públicas y del Procedimiento Administrativo Común.

(...)

2. El Jurado.

El Jurado de los V Premios Estrategia NAOS, edición 2011, estuvo formado por los miembros siguientes:

Presidente:

- **D. Juan Manuel Ballesteros.** Vocal Asesor y Coordinador de la Estrategia NAOS. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN).

Vocales:

- **Dña. Isabel Ávila Fernández.** Presidenta Confederación Española de Organización de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios (CEACCU).
- **D. Alejandro García Cuadra.** Jefe de Servicio de Relaciones Institucionales. Área de Programas de Innovación. Centro Nacional de Innovación e Investigación Educativa (CNIIE). Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- **D. Benito García Gutiérrez.** Jefe de Área de Control de Calidad Alimentaria. Subdirección General de Estructura de la Cadena Alimentaria. Dirección General de la Industria Alimentaria. Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.
- **Dña. María Martínez-Herrera.** Responsable de Comunicación. Asociación Española de Distribuidores, Autoservicios y Supermercados (ASEDAS).
- **Dr. José Manuel Moreno Villares.** Vocal Junta Directiva Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD).
- **Dña. Montserrat Prieto Goberna.** Directora Dpto. de Derecho Alimentario y Nutrición. Federación de Industrias de Alimentación y Bebidas (FIAB).
- **D. José Antonio Puerta Fernández.** Junta Directiva. Confederación Española de Asociaciones de Madres y Padres de Alumnos (CEAPA).
- **Dña. Gema Rodríguez López.** Subdirectora de Desarrollo Sostenible. Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP).
- **Dña. María Dolores Rubio Leonart.** Directora General de Salud Pública, Drogodependencias y Consumo. Consejería de Sanidad. Castilla-La Mancha.
- **D. Gustavo Samayoa Estrada.** Presidente. Federación de Usuarios-Consumidores Independientes (FUCI).

- **D. José Luis Terreros Blanco.** Subdirector Gral. de Deporte y Salud. Consejo Superior de Deportes. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- **D. Manel Valcarce Torrente.** Gerente. Consejo General del Colegio de Licenciados de Actividad Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- **Dña. Trinidad Yera Cuesta.** Directora Gral de Políticas Locales. Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP).

Y como secretaria del Jurado, Dña. M^a. Ángeles Dal Re, Consejera Técnica de la Vocalía Asesora - Estrategia NAOS. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición.

Todos ellos, se reunieron en la sede de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, en la calle Alcalá 56 de Madrid, **el día 28 de marzo de 2012**, según lo establecido en la Resolución de 6 de julio de 2011, de la Dirección Ejecutiva de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, por la que se convoca la edición 2011 de los Premios Estrategia NAOS (BOE nº 180, del 28 de julio del 2011). Se evaluaron 32 solicitudes finalistas de todas las modalidades, atendiendo a lo establecido en la decimoquinta norma de dicha Resolución, y que habían sido previamente seleccionadas por la AESAN de entre las 106 presentadas, según se establece también en la misma Orden arriba indicada.

El Jurado valoró la metodología, originalidad y utilidad, y específicamente los siguientes aspectos de las solicitudes finalistas, previamente seleccionadas por la AESAN para cada modalidad, y según el procedimiento de concurrencia competitiva, conforme a los principios de publicidad, transparencia e igualdad:

- La metodología del proyecto.
- La continuidad del proyecto prevista en los próximos años y la financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlo.
- Las sinergias establecidas entre los diferentes sectores participantes.
- La evaluación de proceso y resultados.
- El planteamiento innovador y original.
- La contemplación de criterios de equidad y perspectiva de género.

Al Jurado se le indicó que tenían a su disposición toda la documentación presentada por todas y cada una de las candidaturas, para su consulta y evaluación.

Una vez evaluadas las solicitudes finalistas, se hizo una propuesta de Resolución con el fallo sobre cada una de las modalidades de V Premios Estrategia NAOS, edición 2011.

3. El fallo del Jurado: los ganadores.

Todos los miembros del Jurado quisieron hacer constar la felicitación a los concurrentes por la calidad de los proyectos presentados.

El Jurado invitó a que se animara a todos los solicitantes que no resulten premiados a que continúen presentándose a las próximas ediciones de los Premios Estrategia NAOS, y en especial aquellos cuyas actuaciones o programas continúen desarrollándose.

Por último y considerando todo lo expuesto, por unanimidad, el Jurado decidió fallar y proponer para la Resolución de los V Premios Estrategia NAOS, edición 2011, lo siguiente:

Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito familiar y comunitario al *“Plan Integral para el fomento de la alimentación saludable y la actividad física en el municipio de Murcia 2008-2012. Estrategias de desarrollo de la dimensión familiar y comunitaria”*, presentado por los Servicios Municipales de Salud de la Concejalía de Bienestar Social y Sanidad del Ayuntamiento de Murcia.

Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de la actividad física en el ámbito familiar y comunitario al *“Programa Municipal Intergeneracional – Promoción de la Salud en el desarrollo de actividades de ejercicio físico en los espacios de ocio de las playas del municipio de Valencia”*, presentado por el Ayuntamiento de Valencia.

Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar al *“Proyecto participativo de Educación para la Salud frente a la Obesidad Infantil y Juvenil en Extremadura”*, presentado por la Sección de Educación para la Salud. Dirección General de Salud Pública. Servicio Extremeño de Salud. Consejería de Salud y Política Social de Extremadura.

Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de la actividad física en el ámbito escolar al proyecto *“Escuelas Deportivas Danone”*, presentado por Danone. Cataluña.

Premio Estrategia NAOS en el ámbito sanitario al proyecto *“Pérdida de peso en niños/as con sobrepeso y obesidad como consecuencia de una intervención basada en Actividad Físico Vigorosa (AFV): Efectos sobre la composición corporal, el apetito y la actividad física espontánea”* presentado por la Universidad de Castilla – La Mancha, Hospital Severo Ochoa y Ayuntamiento de Leganés.

Premio Estrategia NAOS en el ámbito laboral desierto por no haberse seleccionado ningún proyecto para ser evaluado.

Premio Estrategia NAOS a la iniciativa empresarial al proyecto *“CAPSA, pensando en tu salud”*, presentado por Corporación Alimentaria Peñasanta S.A. Asturias.

Premio Estrategia NAOS de especial reconocimiento al **Doctor D. Manuel Serrano Ríos**, por su dilatada y reconocida trayectoria profesional en el campo de la nutrición y el estudio de la obesidad.

Y concedió los accésits siguientes:

- De la modalidad **alimentación saludable** en el **ámbito familiar y comunitario**,
 - 1º accésit al proyecto **“Escuela de Alimentación Fundación Alimerka. Bueno para comer, bueno para pensar”**, presentado por Fundación Alimerka. Asturias.
 - 2º accésit al **“Programa de fomento de una alimentación saludable y control del sobrepeso y obesidad en población adulta y joven del municipio de Tineo”**, presentado por el Ayuntamiento de Tineo. Asturias.
- De la modalidad **actividad física** en el **ámbito familiar y comunitario**,
 - 1º accésit al proyecto **“Catálogo de espacios deportivos de Utebo”**, presentado por el Área de Deportes del Ayuntamiento de Utebo. Zaragoza.
 - 2º accésit al proyecto **“Escaleras es Salud”**, presentado por el Distrito Sanitario Bahía de Cádiz-La Janda. Cádiz.
- De la modalidad **alimentación saludable** en el **ámbito escolar**,
 - 1º accésit al proyecto **“En nuestra escuela comemos más fruta - A la nostra escola mengem + fruta. Plan de consumo de fruta en las escuelas”**, presentado por Department d’Agricultura, Pesca, Alimentació i Medi Natural. Generalitat de Catalunya.
 - 2º accésit al proyecto **“Trastornos alimentarios con teatro de sombras. Grupo Talía”**, presentado por Instituto de Educación Secundaria Carlos Casares. Galicia.
- De la modalidad **actividad física** en el **ámbito escolar**,
 - 1º accésit al proyecto **“Grupo de trabajo de promoción de la Salud y Actividad Física”**, presentado por Grupo de trabajo de promoción de la Salud y Actividad Física. Extremadura.
 - 2º accésit al proyecto **“Aula en Bici - Pedalea en tu Escuela”**, presentado por Proyecto Educativo Aula en Bici. Aragón.
- De la modalidad **ámbito sanitario**,
 - 1º accésit al **“Programa integral de ayuda en Exceso de Peso y Sedentarismo. Unidad – Escuela de Estilos de Vida Saludables”**, presentado por Centro de Salud Valdepasillas. Badajoz.

- 2º accésit al “Programa DRACHS - Programa Dinamizador para la reorientación, adquisición y consolidación de hábitos saludables”, presentado por Hospital Universitario Mútua Terrassa. Cataluña.
- De la modalidad **iniciativa empresarial**,
 - 1º accésit al “Programa de Potenciación de la Nutrición (NEP)”, presentado por Unilever España.
 - 2º accésit al proyecto “Reducción del contenido de sal en productos de la marca Eroski”, presentado por Grupo Eroski.

4. Descripción de los proyectos ganadores de la edición 2011, según las distintas modalidades de los V Premios Estrategia NAOS*.

4.1 Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito familiar y comunitario al “Plan Integral para el fomento de la alimentación saludable y la actividad física en el municipio de Murcia 2008-2012. Estrategias de desarrollo de la dimensión familiar y comunitaria”, presentado por los Servicios Municipales de Salud de la Concejalía de Bienestar Social y Sanidad del Ayuntamiento de Murcia.

Los Servicios Municipales de Salud del Ayuntamiento de Murcia, como institución de Salud Pública responsable de velar por la salud de los ciudadanos, contemplaron entre sus líneas estratégicas, intervenciones de promoción y protección de la salud alimentaria y nutricional, que actualmente están desarrollando mediante el Plan Integral para el fomento de la alimentación saludable y la actividad física del Ayuntamiento de Murcia 2008-2012. Para el desarrollo de estas tareas, se contó con un equipo multidisciplinar de especialistas en salud pública con dilatada experiencia en el desarrollo de programas de promoción, protección y prevención de la salud a escala comunitaria.

* Estas descripciones se ha extraído y adaptado de las memorias presentadas por cada uno de ellos. Se pretende proporcionar una idea general de cada programa premiado. Sin embargo, puede haberse perdido o modificado información considerada relevante por los autores. Por lo que para conocer en profundidad cada proyecto o para aclarar dudas es aconsejable dirigirse a los propios autores o coordinadores de dichos proyectos.

Tras la adhesión en el año 2005 a la “Declaración de Santander” sobre prevención de la obesidad en el ámbito local, se elaboró el citado Plan, como marco encargado de agrupar, ordenar, normalizar y reorientar diferentes acciones y proyectos que, desde inicios de 2001, se venía desarrollando de una forma sistemática. El plan incluye acciones combinadas en los ámbitos comunitario, escolar, laboral y sanitario e incorpora aspectos de promoción, protección y prevención dirigidos a las diferentes etapas de la vida contando con actividades específicas relativas a la mujer, la tercera edad, grupos de riesgo, población con patología crónica, etc.

Con el fin de mejorar la salud de la población, los objetivos generales son:

- Invertir la tendencia ascendente de las cifras del exceso de peso en Murcia.
- Capacitar y empoderar a los ciudadanos para la elección de estilos de vida saludables.
- Informar, sensibilizar, educar, asesorar y difundir el conocimiento para trasladar la importancia del impacto positivo de unos hábitos saludables.
- Recabar información que tipifique el patrón de conducta y consumo que permita monitorizar las actividades.
- Implicar y movilizar a la sociedad en favor de la prevención del exceso de peso.
- Generar programas que posibiliten el despliegue efectivo del plan.
- Liderar en el ámbito local las acciones comunitarias en esta materia.
- Propiciar un marco de colaboración entre los diferentes actores implicados.

La población diana es toda la comunidad, y se desarrolla en escenarios específicos determinados por las características propias del municipio y de la cultura local.

La visión comunitaria del plan se fundamenta en una estrategia preventiva, con un enfoque de reducción de riesgos a través de un proceso activo de capacitación de grupos, agentes y personas de la comunidad, y que comprende un componente de cambio conductual. El plan cumple y desarrolla los siguientes planteamientos metodológicos: Coordinación y cooperación intrainstitucional e intersectorial; Establecimiento de alianzas y redes; Participación ciudadana; Transversalidad; Accesibilidad; Equidad; Sostenibilidad; Enfoque integral y transversal; Abordaje combinado; Mejora continua de la calidad e Iniciativas de comunicación.

Se trabaja con un modelo de intervención comunitaria como instrumento de promoción de la salud, centrandlo el proceso en las necesidades de la población y en una metodología participativa, fomentando la responsabilización de los participantes en el cuidado de su salud. Las intervenciones se realizan sobre todos los componentes de la modificación de hábitos: motivación, conocimientos y habilidades.

Se han elaborado talleres específicamente diseñados para cada colectivo que incluye dinámicas de grupo en las que se va desarrollando técnicas de evaluación cualitativa: grupos nominales, discusión, participación y creatividad en grupo, de los que se extraen las ideas clave. Paralelamente se ha diseñado una guía didáctica específica de aplicación de estos talleres, y los profesionales que desarrollaron las actividades son previamente entrenados en metodología cualitativa. Todos los programas desarrollados incluyen el diseño y edición de

materiales divulgativos y didácticos de apoyo, disponibles también en formato electrónico.

El plan se despliega mediante acciones desarrolladas en diferentes ámbitos de actuación:

1. *Acciones del ámbito de la información y la comunicación:* Desarrollo de Campañas informativas y de sensibilización; Edición de publicaciones periódicas destinadas a diferentes colectivos; Creación de una imagen corporativa de un desarrollo web de toda la oferta de servicios en www.ayuntamientomurcia-salud.es y de un buzón de consultas de correo electrónico alimentacionsalud@ayto-murcia.es dentro de la Web del Ayuntamiento y Colaboración con los medios de comunicación social mediante participación en programas de radio y televisión y tratamiento de noticias en prensa escrita.

2. *Acciones del ámbito de desarrollo de habilidades personales y comunitarias:* Acciones en el colectivo de mujeres, en el colectivo de personas mayores, en Centros Educativos, en Centros Cívicos Comunitarios (centros culturales, asociaciones vecinales, asociaciones de consumidores, escuelas de padres, etc.) y Cursos de formación y jornadas de prevención para mediadores sociales, educadores y monitores de centros escolares (formación reglada de larga duración).

3. *Acciones del ámbito del empoderamiento y fomento de la responsabilidad individual y social:* Escuela de Promoción estilos de vida saludables y de evaluación de indicadores de riesgo ligada a pacientes de Centros de Atención Primaria denominadas “Escuelas de Pacientes de alimentación y actividad física en Centros de Salud”; Promoción estilos de vida saludables y de evaluación de indicadores de riesgo en mercadillos y plazas de abastos: “*El puesto de tu salud*”; Campañas en la vía pública durante dos días con motivo del Día Nacional de la Nutrición; Elaboración de guías de alimentación específicas para patologías crónicas y Programa de Promoción de la práctica habitual de actividad física dirigido por un monitor deportivo “*Grupos 4/40: caminar en compañía mejorando la salud*” en coordinación con los centros de atención primaria y las estructuras comunitarias de los barrios.

4. *Acciones del ámbito de la coordinación y colaboración:* Proyecto Evaluación de Calidad del Servicio de Comedor Social “Jesús Abandonado” de Murcia; Concesión de subvenciones a Grupos de Ayuda Mutua de carácter sociosanitario (anorexia y bulimia, diabetes, enfermos renales, etc.); Participación en Comisiones mixtas para la elaboración y valoración de los requisitos de las concesiones administrativas relacionadas con la restauración social (Servicio de Comidas a Domicilio, Comedores de Centros de Estancias Diurnas, Comedores de Escuelas Infantiles, etc.) y Desarrollo de los proyectos Sensocole y Sensénior de evaluación de servicios de comidas para colectivos de riesgo.

5. *Acciones del ámbito de la investigación epidemiológica:* Todas las actividades se acompañan de acciones de medida de indicadores (recogida de datos cuantitativos y cualitativos, encuestas, etc) que permitan realizar la evaluación y seguimiento de los distintos programas. Cada campaña o programa se evalúa según unos indicadores preestablecidos.

La intersectorialidad del plan abarca: Área sanitaria (Comunidad Autónoma, Centros de Salud); Área social (colaboración de las áreas de mujer, mayores, infancia, centros de estancias diurnas y atención a personas dependientes de la Concejalía de Bienestar Social); Área educativa (Concejalía de Educación y de los Centros Educativos); Asociaciones profesionales; Sociedades Científicas (Convenio con la Asociación para la Defensa de la Buena Alimentación); Universidades (dos Convenios de Colaboración con la Universidad de Murcia y con la Universidad Católica San Antonio); Medios de Comunicación locales;

Grupos de Ayuda Mutua; Asociaciones vecinales; Área de comercialización (Mercamurcia); Empresas de catering; etc.

La evaluación del plan se realiza mediante una metodología que posibilita la obtención de evidencias a partir de información objetiva de índole cuantitativa y cualitativa debidamente documentada, y es utilizada para informar de las decisiones posteriores. La evaluación se realiza tanto sobre el proceso como sobre los resultados.

Los indicadores diseñados permiten: 1) evaluar la estructura (número de centros participantes, número de población alcanzada, número de acciones formativas, número de participantes, etc.); 2) evaluar el proceso (% de asistentes derivados desde centro de salud, % de mantenimiento en los programas, etc.); 3) evaluar los resultados (mediante encuestas y técnicas cualitativas para medir el grado de adopción de hábitos saludables, la calidad de vida relacionada con la salud, satisfacción con la participación en el programa, etc.).

El “Plan integral para el fomento de la Alimentación Saludable y la Actividad Física del Municipio de Murcia” cuenta con el compromiso municipal de desarrollo hasta 2012 y la asignación de recursos presupuestarios para su despliegue efectivo. Adicionalmente se accede a subvenciones de la Comunidad Autónoma y de la FEMP en materia de programas de promoción de la alimentación saludable y la actividad física. La tendencia ascendente de la inversión en medios materiales, económicos y humanos de los últimos años garantiza la continuidad del próximo plan 2013-2017. La implicación y participación de distintas instituciones y áreas en el desarrollo e implantación de los distintos programas, garantiza que el plan tenga el apoyo de los diferentes actores del municipio que tienen capacidad de decisión e influencia. El bajo coste de la ejecución del proyecto garantiza su continuidad y sostenibilidad para convertirse en un plan permanente.

Cualquier aclaración o consulta sobre este proyecto debe dirigirse a: alimentacionsalud@ayto-murcia.es

4.2 Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de la actividad física en el ámbito familiar y comunitario al “Programa Municipal Intergeneracional – Promoción de la Salud en el desarrollo de actividades de ejercicio físico en los espacios de ocio de las playas del municipio de Valencia”, presentado por el Ayuntamiento de Valencia.

El Ayuntamiento de Valencia está desarrollando el programa municipal intergeneracional de promoción de la salud con el desarrollo de actividades de ejercicio físico en los espacios de ocio de las playas del municipio de Valencia.

Con las actividades físicas ofertadas en el espacio de ocio de las playas de Valencia, los objetivos de la Concejalía de playas son: fomentar los valores y conocimientos que generan las actividades de ejercicio físico y desarrollar habilidades y destrezas deportivas y de ejercicio físico, para promover el auto cuidado y la salud de los usuarios de nuestras playas.

Los objetivos específicos son:

- Sensibilizar a la población española del problema que la obesidad representa para la salud.
- Impulsar iniciativas que contribuyan a adoptar hábitos de vida saludables.
- Fomentar la alimentación saludable y el ejercicio físico para reducir la misma.
- Prevenir las conductas de riesgo con la práctica de estilos de vida saludable en lo individual, familiar y social.
- Educar en de salud a través del ejercicio físico y deporte.
- Adaptar las instalaciones a las necesidades de los usuarios y enseñarles a usar adecuadamente dichas instalaciones para las actividades.
- Ofrecer actividades adaptadas a cada grupo de edad y estimular la práctica de una actividad física regular, en la población.
- Organizar actividades puntuales para ofrecer alternativas de practicar una actividad física nueva.
- Integrar la actividad física en la vida cotidiana de la población para mejorar la salud de los usuarios de las playas.
- Fomentar las relaciones intergeneracionales mediante actividades en grupo adaptadas a cualquier edad.
- Contratar monitores diplomados para la buena práctica de algunas de las actividades.
- Velar por el buen mantenimiento y estado de las instalaciones de las playas de Valencia para evitar cualquier accidente o lesión en los usuarios.
- Informar mediante cartelería, en la Web y en los medios de comunicación de las ofertas de actividades físicas en la playa de Valencia.
- Conocer cuales son los deseos de los usuarios y tener instalaciones variadas para satisfacer a la población

Las actividades ofrecidas por la delegación de playas, que se han desarrollado progresivamente según un criterio de programación de playas, son las siguientes:

- **Spinning:** La Concejalía de playas dispone de 10 bicicletas de cycling, custodiadas en un modulo-almacén en la propia playa. Según la programación se realizan sesiones semanales de 45 minutos. Las clases se programaron en las temporadas 2008-2009 y se desarrollaron con un monitor entrenado durante la temporada estival gratuitamente.
- **Pilates:** La Concejalía de playas dispone de material y local ó zona destinada para desarrollar la actividad de Pilates en la playa. El Ayuntamiento de Valencia, a través de la Concejalía de playas, ofrece a los usuarios la posibilidad de recibir clases de Pilates con un monitor entrenado, con carácter gratuito durante la temporada estival.

Los espacios de ocio para realizar ejercicio físico en solitario, en grupo o en familia:

- **Ruta deportiva-cultural medioambiental:** Creación de un ITINERARIO AZUL, que se realiza a través del recorrido ó ruta del carril bici (cuando se realiza con bicicleta de paseo) ó junto a él cuando se realiza a pie, por un trayecto que actualmente une las playas elegidas de Valencia, y que en un futuro unirá las

playas desde Sagunto hasta el final del término Municipal de Valencia a través de todas las playas.

- Valenbisi y el carril bici: Implantación de un servicio de alquiler de bicicletas públicas disponible las 24 horas del día, los 365 días del año. Se ofrecen rutas de paseo en bicicleta por diferentes zonas.
- Los itinerarios en el parque natural de L'Albufera: se han señalado seis itinerarios que, en su conjunto suponen 8,4 Km. de recorrido. Como iniciativa en este año 2012, se ha puesto a disposición de aquellas personas que lo deseen, "Un sendero azul" autoguiado con una serie de paradas ampliamente explicativas del recorrido elegido, así como unas 7 rutas dentro de un proyecto ya iniciado denominado "Seducción ambiental".
- Parques de ocio: Las playas de Valencia cuentan con una amplia zona de instalaciones donde existen zonas de juego, ocio y ejercicio físico para niños, jóvenes, adultos y mayores. En las instalaciones de parques saludables o los parques infantiles cada uno puede utilizar las instalaciones cuando y como quiera sin problemas de horarios de utilización.
- Juegos infantiles: Parques infantiles, zona juego múltiple infantil, juegos en la arena y juegos infantiles para niños con discapacidad visual.
- Zonas de ejercicio físico para jóvenes: Juego Macro Sport con 10 áreas de volley playa, 1 área de fútbol playa, 6 canastas basket, 1 Área en forma de cartel indicativo, 12 mástiles con bandera que acotan la zona.
- Zona de juego para adultos: Con ejercitadores musculares que consisten en un conjunto de aparatos destinados a ejercicios musculares para gente joven que engloba el llamado circuito de footing. Consta de: Banco abdominales, barras fijas, flexiones, pórticos de anillas, doble escalera trepa, barra de equilibrio, banco sentadillas, escalera fija dos alturas, panel informativo del circuito, estructura biosaludable, espaldera doble y estructura de trepa de madera con una ocupación aproximada de 250 m².
- Zona de ejercicio físico para mayores: Los parques saludables están diseñados para el mantenimiento de la forma física de las personas mayores. Estos parques ofrecen al ciudadano la forma de conjugar, disfrutar al aire libre del tiempo de ocio y realizar ejercicios físicos acordes a la edad, mediante aparatos de gimnasia diseñados cada uno de ellos para diferentes indicaciones. En total existen alrededor de 30 aparatos, distribuidos en diferentes playas.

Además, se realizan actividades y talleres didácticos de promoción de la salud desarrollados en las playas, como: Paseos saludables, Jornadas de alimentación saludable y ejercicio físico, Campaña de información en alimentación saludable y Jornada sobre alimentación saludable dieta –fibra.

Para llegar a sus objetivos, la Concejalía de playas ha contado con la implicación y colaboración de:

- Delegaciones del Ayuntamiento: Delegación de infraestructuras, Fundación Municipal de jardines singulares, Delegación de parques y jardines, Delegación de deportes, Fundación deportiva municipal, Delegación la Devesa-Albufera.
- Otras instituciones públicas: Agencia Valenciana de Turismo, la Conselleria de Bienestar Social.

- Otros organismos públicos y privados: las federaciones deportivas Valencianas, la asociación GENT per GENT, la fundación La Caixa) etc.

Se ha conseguido en estos últimos años poner un total de 27 instalaciones para actividades físicas dirigidas a todos los miembros de la familia y por ello se creó el concepto de “intergeneracional”, haciendo que la oferta de actividades sea más atractiva, y de esa forma dar una alternativa diferente de la playa. El impacto obtenido ha sido positivo ya que se incita a la población a practicar actividades saludables. Cada día, y durante todo el año se ve personas de todas las edades paseando, jóvenes en las instalaciones deportivas dentro de la arena, mayores haciendo ejercicio en los parques saludables y los niños con discapacidad visual jugando en el primer parque infantil adaptado con forma de hipopótamo presente en la playa de Valencia. Se está trabajando en otros programas de actividades para el 2012 donde prevalece cualquier actividad que tenga algún sentido saludable para el cuerpo y la mente y que proporcione calidad de vida.

Cualquier aclaración o consulta sobre este proyecto debe dirigirse al correo: jefaturaplayas@valencia.es

4.3 Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar al “*Proyecto participativo de Educación para la Salud frente a la Obesidad Infantil y Juvenil en Extremadura*”, presentado por la Sección de Educación para la Salud. Dirección General de Salud Pública. Servicio Extremeño de Salud. Consejería de Salud y Política Social de Extremadura.

Este proyecto se ejecuta anualmente desde otoño de 2005, en el marco de la Estrategia NAOS. Posteriormente ha sido potenciado desde el Plan Marco de Educación para la Salud de Extremadura 2007-2012. Su acogida es notable y, dada su continuidad, es solicitada cada año por un número creciente de centros educativos, de forma que actualmente más de la mitad de los centros educativos de Extremadura la solicitan.

Los objetivos que se plantean con el desarrollo del Proyecto son los siguientes:

- Promocionar estilos de vida saludables en la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- Fomentar buenos hábitos de alimentación entre los escolares de Extremadura y, a través de ellos, también en sus padres, madres, abuelos y abuelas y otras personas cercanas.
- Impulsar la práctica regular de actividad física entre los escolares y, a través de ellos, también en sus padres, madres, abuelos y abuelas y otras personas cercanas.
- Promocionar el consumo responsable.
- Favorecer la participación de los padres, madres, abuelos/as y otros familiares, con la finalidad de incrementar la efectividad de la intervención.

- Promover la participación de los profesionales sanitarios, para incrementar el rigor técnico de las intervenciones.
- Movilizar a toda la comunidad educativa (profesorado, alumnos/as, familiares, etc.) frente a la Obesidad.
- Fomentar la participación comunitaria en salud, como forma de aumentar la efectividad de las intervenciones frente a la Obesidad.
- Favorecer la concienciación de la necesidad de actuación frente a la Obesidad y los problemas de salud que ésta favorece (diabetes *mellitus* tipo 2, cáncer, enfermedades cardiovasculares, etc.), especialmente en el ámbito educativo, pero también en los ámbitos sanitario y comunitario.

Además de los recursos propios de los centros educativos y de apoyo (centros de salud, ayuntamientos, etc.), para el desarrollo de las actividades del Proyecto, en todas sus ediciones, desde 2005, se ha elaborado, y distribuido entre los centros educativos participantes, diverso tipo de material promocional con el objeto de hacer más partícipes a profesores, alumnos/as y padres/madres, así como a abuelos/as. Igualmente a los/as profesores/as coordinadores se les ha entregado diversa documentación técnica de apoyo.

Por otra parte, también se distribuyeron distintos elementos informativos (por ejemplo carteles y folletos) para publicitar las actividades del Proyecto y se apoyó con actuaciones en prensa, radio y televisión (entrevistas, participaciones en programas de radio y televisión, etc.).

Todos estos materiales estaban serigrafiados con el lema: “Alimentación Sana + Ejercicio Físico = SALUD”, para servir de recuerdo, de refuerzo, de los dos aspectos claves, cada vez que contactaran posteriormente con los mismos.

El Proyecto consiste básicamente en la realización de actividades de promoción de la alimentación saludable y de la práctica regular de ejercicio físico, en centros educativos, entre los escolares de 2º y 5º de Educación de Primaria y 3º de Educación Secundaria Obligatoria, así como de los centros de Educación Especial de Extremadura, apoyadas por otras acciones de promoción de la salud frente a la Obesidad desde los ámbitos comunitario y sanitario y desde los medios de comunicación, todo ello para obtener una mayor efectividad.

Como ya se ha comentado, en la primera fase, se realizaron las actuaciones de divulgación, inscripción y formación del profesorado y resto de personal participante.

En la segunda fase, cada coordinador/a de cada centro educativo la organizó adecuándola a las características del grupo y del centro. Tras una charla inicial sobre alimentación saludable y ejercicio físico en la que se facilita la participación de los/as estudiantes, los alumnos/as hicieron una compra de alimentos para, seguidamente en el aula, proceder al análisis de los mismos, con cierto nivel de debate. Posteriormente diseñaron, con la ayuda del profesorado y asesoramiento de las organizaciones del entorno, un trayecto seguro para realizar ejercicio físico. Este trayecto se recorre y posteriormente, se consumen los alimentos adquiridos, una vez cocinados, si fuera el caso, con la participación de familiares.

Por otra parte, la dedicación, cada año, de un especial esfuerzo a un tema concreto ha hecho que éstos tengan una mayor penetrancia: en 2005 se destacó la importancia de realizar un desayuno de calidad, en 2006 se recalcó que los protagonistas son los/as niños/as, en 2007 se hizo especial hincapié en invitar a participar a los abuelos y abuelas pues son los cuidadores principales en muchos casos, en 2008 se dedicó al entorno y la importancia de cuidarlo, en 2009, se resaltó la importancia del agua en la alimentación, en 2010 la familia como elemento aglutinador y contexto fundamental que ayuda a educar en alimentación saludable, tanto con iniciativa propia como completando y apoyando la labor del profesorado y, en 2011, la higiene de manos.

Las actividades del Proyecto se completan con otras muchas acciones, a lo largo de todo el año, que lo complementan; entre otras: representaciones teatrales participativas-animadas, distribución de materiales, formación continuada acreditada permanente, Programa “El Ejercicio Te Cuida”, Programa Educativo “5 al Día”, financiación de proyectos sobre alimentación saludable en el ámbito escolar a ejecutar por asociaciones de madres y padres o por asociaciones de profesionales sanitarios y/o docentes, trabajos en la Red Extremeña de Escuelas Promotoras de Salud, etc) de forma que existe una acción permanente de promoción de alimentación saludable, y también del ejercicio físico, frente a la obesidad.

Tanto en Primaria como en Secundaria, se fomenta permanentemente, desde la Consejería de Salud y Política Social, de forma coordinada con la Consejería de Educación y Cultura, la realización de actividades continuadas, durante todo el curso académico.

El Cronograma de actividades es el siguiente:

1. Planificación. Incorporación de novedades, innovaciones y mejoras. Enero a septiembre.
2. Invitación a centros educativos. Octubre.
3. Selección de centros. Octubre.
4. Convocatoria a los/as profesores/as para llevar a cabo la actividad formativa. Octubre y noviembre.
5. Realización de actividad formativa. Primera quincena de noviembre.
6. Realización de las actividades en los centros. Noviembre, diciembre y enero.
7. Intervenciones en prensa. Octubre a enero.
8. Evaluación. Febrero.

Han colaborado personas y entidades de los sectores considerados básicos en promoción de la salud: sanitario, educativo y comunitario. Se ha aprovechado la acción combinada de todos y cada uno de los actores citados, contribuyendo fuertemente la coordinación con la Consejería de Educación, con el Sistema Sanitario (fundamentalmente equipos de atención primaria) y con las actividades puestas en marcha por la Consejería de los Jóvenes y del Deporte y de la Universidad de Extremadura.

La evaluación del Proyecto se realiza año tras año, por el equipo coordinador, tomando como referencia la estructura, proceso y resultados. La evaluación de los resultados se ha realizado básicamente analizando las memorias que presentan los profesores participantes. Se evalúa sobre todo en función de indicadores de actividad y de satisfacción. La demanda de adherencia cada vez mayor de los centros educativos a este Proyecto demuestra la satisfacción y la utilidad del Proyecto. En muchos centros se ha objetivado cómo los niños/niñas/jóvenes siguen una alimentación más saludable en los recreos y en otros momentos de comidas en común (cumpleaños, comedores, etc.).

Por su continuidad en estos años, el proyecto se ha convertido en la acción de mayor calado a nivel autonómico frente a la Obesidad, junto al Programa “El Ejercicio te Cuida” (complementarios entre sí; mientras que este Proyecto se centra en la promoción de la salud en alimentación saludable y ejercicio físico, el Programa El Ejercicio te Cuida, se centra en la intervención con ejercicio físico).

Disponer de fuentes presupuestarias diversas, el alto grado de satisfacción y demanda de los centros educativos, la existencia de un marco de planificación sanitaria estratégica (Plan Marco de Educación para la Salud de Extremadura), de la Estrategia NAOS, de la Ley de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Ley 17/2011, BOE 06.07.2011, Capítulo VII), la complementariedad con otros proyectos, la implicación de cada vez más actores (INTAEX, Escuela de Administración Pública) de sectores diferentes, la firme apuesta y el compromiso de la Junta de Extremadura, que persiste con el nuevo Gobierno, el apoyo creciente desde entidades de la comunidad (ayuntamientos, asociaciones de todo tipo, etc.), la habilidad de los impulsores y colaboradores para buscar fuentes de financiación adicionales o complementarias, garantizan la continuidad y sostenibilidad de este Proyecto.

Cualquier aclaración o consulta sobre este proyecto debe dirigirse al correo: Eulalio.ruiz@salud.juntaex.es

4.4 Premio Estrategia NAOS a la promoción de la práctica de la actividad física en el ámbito escolar al proyecto “Escuelas Deportivas Danone”, presentado por Danone. Cataluña.

Se trata de un programa educativo de integración social y cultural para niños y niñas de entre 6 y 12 años de áreas desfavorecidas repartidas por la geografía española. Está gestionado por la Asociación de Deportistas para una Infancia Mejor (ADDIM).

El principal objetivo de las Escuelas es promover valores sociales desde la infancia para favorecer el desarrollo personal futuro de estos niños y niñas, con una incidencia especial en los hábitos alimentarios y de vida saludable, a través del ejercicio físico y la práctica deportiva del fútbol, la transmisión de conocimiento en alimentación y nutrición y el refuerzo del rendimiento académico.

El desarrollo de las Escuelas Deportivas coincide con el curso escolar. De lunes a viernes después de las clases del colegio, los niños y niñas participan en las Escuelas Deportivas, a través de las cuales reciben:

- Clases de apoyo escolar: Dirigidas a aquellos niños y niñas que tienen dificultades para seguir con las clases del centro. En las clases de apoyo escolar, los monitores de las Escuelas repasan con ellos las asignaturas impartidas en clase.
- Clases de educación en valores: Dirigidas a todos los alumnos de las Escuelas con el objetivo de fomentar el cambio de comportamiento de hábitos relacionados con el tiempo libre, la alimentación, la higiene, seguridad vial, relaciones....
- Entrenamiento deportivo: Se realizan en 2 disciplinas que son fútbol 7 y fútbol sala, dependiendo de las instalaciones disponibles en cada centro.
- Competición deportiva: motivación/e ilusión de los niños, aumentando con ello el rendimiento y trabajo, tanto dentro como fuera de la Escuela.

Las Escuelas Deportivas cuentan con Padrinos, uno o dos por Escuela. Son futbolistas de élite en activo o retirados, como por ejemplo, Pep Guardiola (entrenador del FC Barcelona) José M^a Gutiérrez Guti (ex jugador del Real Madrid), Enrique Castro Quini,... La figura del Padrino es una influencia positiva y cercana para los niños y niñas de las Escuelas Deportivas, lo que les supone un estímulo importante a la hora de conseguir los objetivos marcados. El programa cuenta con Rafa Gordillo, ex-jugador de fútbol, como director técnico del programa.

A lo largo del curso, la Asociación realiza un control de asistencia, actitud, interés y rendimiento de los alumnos ante el programa y cada uno de los alumnos es evaluado con un test psico-social, que permite valorar y evaluar más ampliamente todos los aspectos relacionados con los menores (educación, higiene, relación con su entorno, familia, autoestima, etc.).

Existen un total de 17 Escuelas Deportivas Danone repartidas a lo largo de las grandes ciudades españolas, ubicadas en barrios desfavorecidos. Desde sus inicios en 2004 hasta hoy más de 5.000 niños y niñas, de 6 y 12 años han participado en las Escuelas. Cada año cerca de 900 niños y niñas participan en ellas. En la actividad conviven niños y niñas de familias en riesgo de exclusión social con familias normalizadas, de manera que no resulta un estigma la participación en la misma y facilita la inclusión y la transmisión de valores de respeto, igualdad y tolerancia.

Las actividades que realizan los niños en las Escuelas Deportivas Danone son:

- Clases de educación en valores: Cambio de comportamiento, de hábitos, de tiempo libre, alimentación, higiene y relaciones. Cada niño/a asiste a 1 clase semanal, de 1 hora de duración.
- Clases de apoyo escolar: Refuerzo académico por parte del centro y los monitores, con el objetivo de mejorar el rendimiento escolar y frenar el fracaso escolar. Cada niño/a asiste a 1 clase semanal, de 1 hora de duración.

- Entrenamientos: Cada niño/a asiste a 2 entrenamientos semanales de 1 hora de duración.
- Competición de partidos de fútbol los viernes por la tarde o los sábados por la mañana. Los equipos de las Escuelas Deportivas Danone han participado en las diferentes fases de la Danone Nations Cup de estos dos últimos años.
- Además, aquellos alumnos de las Escuelas que han tenido un buen comportamiento a lo largo del curso, se les premia con la asistencia al Campus Deportivo.

Las Escuelas Deportivas Danone cuentan con la participación de los grupos de interés involucrado en la educación de los niños: Padres de los alumnos; Centro Escolar; La Asociación de Deportistas para una Infancia Mejor que coordina el desarrollo de las 17 Escuelas Deportivas Danone; Concejalías de educación que supervisan los Centros Escolares participantes y Las AMPAS de los 17 Centros Escolares. También, los trabajadores de Danone mediante el programa Huellas de Voluntariado desde el cual todos los trabajadores de Danone disponen de un número de horas laborales que pueden dedicar voluntariamente a determinados programas sociales, entre los que están las Escuelas Deportivas Danone. Por último, la empresa Danone que dedica recursos profesionales y económicos al proyecto.

Las Escuelas Deportivas Danone han tenido un impacto positivo en el rendimiento académico de los alumnos, especialmente entre aquellos con un peor expediente académico.

En las Escuelas Deportivas Danone se fomentan el compañerismo desde la práctica deportiva, más que la competitividad individual. Se fomenta la cooperación en el juego, el respeto a los rivales, etc. Con todo ello, aprenden a relacionarse, aprenden la necesidad de tener compañeros.

Muchos de los alumnos que asisten a las Escuelas Deportivas Danone tienen carencias alimentarias y de higiene. En su mayoría, estas se deben a un desconocimiento de los progenitores de lo que se entiende por hábitos saludables. Así, las Escuelas Deportivas Danone transmiten, tanto desde la teoría de la clase educación en valores como desde la práctica en la actividad deportiva, hábitos saludables.

Además, se consigue una mejor integración de las familias en su entorno. Por un lado, la actividad acerca las familias al colegio y a la comunidad. También permite afrontar y resolver problemas de integración cultural.

El compromiso de Danone con la salud y los hábitos de vida saludables está inscrito en su misión y visión, lo que ya sería motivo interno suficiente para garantizar la continuidad del proyecto.

Cualquier aclaración o consulta sobre este proyecto debe dirigirse al correo: Jose-antonio.mateos@danone.com

4.5 Premio Estrategia NAOS en el ámbito sanitario al proyecto **“Pérdida de peso en niños/as con sobrepeso y obesidad como consecuencia de una intervención basada en Actividad Física Vigorosa (AFV): Efectos sobre la composición corporal, el apetito y la actividad física espontánea”** presentado por la Universidad de Castilla – La Mancha, Hospital Severo Ochoa y Ayuntamiento de Leganés.

Recientes estudios relacionados con la composición corporal parecen indicar que las intervenciones preventivas en niños/as adolescentes que enfatizan la AF vigorosa por encima de la restricción calórica pueden ayudar a que los niños/as desarrollen cuerpos más magros al tiempo que reciben una alimentación suficiente para un crecimiento saludable.

El estudio “Pérdida de peso en niños pre-púberes con sobrepeso/obesidad como consecuencia de una intervención basada en Actividad Física Vigorosa (AFV): efectos sobre la composición corporal, el apetito y la actividad física espontánea” nace de la colaboración conjunta del grupo de Investigación GENUUD Toledo (Universidad de Castilla La Mancha), el Hospital Severo Ochoa de Leganés y el departamento de Deporte y Salud del Ayuntamiento de Leganés.

Se trata de un proyecto enmarcado dentro del ámbito de la actividad física y la salud dirigido en este caso a la población infantil con problemas de sobrepeso. Su objetivo principal es mejorar la salud de los niños y niñas participantes a través de la actividad física jugada. Además de este propósito, también se trata de mejorar la condición física, así como el desarrollo social de los niños y niñas a través de la interacción propia de los juegos.

Con la intención de ajustar las actividades a las necesidades de los niños en función de su desarrollo físico, cognitivo y social, se establecieron dos grupos de trabajo tomando como criterio de selección la edad de los niños. Así, se dividió el conjunto de 22 niños participantes en un primer grupo de 12 miembros con edades comprendidas entre 8 y 11 años (“Grupo Pequeños”) y en un segundo grupo de 10 miembros con edades comprendidas entre 13 y 14 años (“Grupo Mayores”).

La duración del proyecto ha sido de 12 semanas, desde principios de abril del 2011 a finales de junio del mismo año. En total, se llevaron a cabo 20 sesiones divididas en 2 sesiones por semana con una duración de 90 minutos en cada sesión. Las sesiones se basaron en juegos principalmente orientados a la resistencia aeróbica y la fuerza de una intensidad media-vigorosa.

Todas las actividades se desarrollaron en las instalaciones deportivas cedidas para este proyecto por el IES María Zambrano y el CEIP Andrés Segovia, ambos en Leganés. El material deportivo necesario para el funcionamiento de las sesiones fue aportado por el Ayuntamiento de Leganés. La empresa Decathlón también colaboró en el proyecto aportando ropa deportiva, material deportivo y tarjetas regalo para premiar a todos los participantes al finalizar el proyecto.

Los niños y niñas participantes fueron derivados desde el Servicio de Pediatría del Hospital Severo Ochoa de Leganés, donde asisten a su consulta habitual y bajo las cuales llevan a cabo su dieta supervisada y su control periódico.

Al inicio y al final del programa que incluye las sesiones de actividad física vigorosa se evaluó el peso y la talla de los niños. Con estas medidas se halló el Índice de Masa Corporal (IMC). También, los niños rellenaron un cuestionario sobre apetito, estilos de vida y alimentación. Además, a cada niño se le realizó una prueba de densitometría ósea. Esta prueba permitió conocer su composición corporal (masa magra, masa grasa y masa ósea) y su densidad mineral ósea de una forma sencilla y segura para la salud del niño. La toma de estas mediciones al principio y al final del programa permitió observar la evolución de todas estas variables con el transcurso de las sesiones.

Los excelentes resultados obtenidos demuestran la importancia que en este tipo de pacientes que están en crecimiento tiene el estudio completo de los distintos componentes de la composición corporal que tienen los niños/as y que demuestran la importancia de no centrarse exclusivamente en los cambios de peso sino en el estudio de la grasa y la masa muscular como criterios de éxito en este tipo de trabajos. Los primeros resultados relativos a la composición corporal han sido presentados con éxito en congresos de índole científica mientras que los aspectos relacionados con los cambios en el apetito de los niños/as y sus niveles de actividad física espontánea están siendo en la actualidad analizados.

Las conclusiones de este estudio se deben orientar principalmente hacia dos ámbitos. Por un lado, la mejora en la composición corporal y por otro lado, el cambio en la actitud de los niños hacia la actividad física y el deporte.

Respecto al primer ámbito, los resultados son claros mostrando notables mejorías en todas las variables medidas. A destacar especialmente la pérdida de masa grasa tanto en los brazos (≈ 400 g), en las piernas (≈ 700 g) como en el tronco (≈ 450 g). Todos estos datos hacen que en conjunto los niños participantes disminuyeran una media de más de 1,5 kg de masa grasa en tan sólo 3 meses de actividad física. Esta reducción de masa grasa hizo posible que su porcentaje de grasa también disminuyera en torno a un 5% respecto a su valor medido inicialmente.

La pérdida de peso de 0,6 kg de media junto con la disminución del IMC en 0,6 puntos son datos que no reflejan fielmente la gran mejoría producida en la composición corporal de los niños. Esto se debe principalmente a que gracias al aumento de la actividad física junto con el desarrollo normal de los niños, su masa magra también aumentó notablemente en más de 1,2 kg.

La densidad mineral ósea y el contenido mineral óseo también experimentaron ligeros aumentos. Su incremento no es tan significativo como en el resto de variables medidas posiblemente debido a la escasa separación temporal entre la valoración previa y posterior a la intervención.

En relación al ámbito social y de cambio en la actitud de los niños hacia la actividad física y el deporte, destaca la adherencia de más del 80% al programa de

actividad física. Un porcentaje realmente destacable teniendo en cuenta que la intervención se realizó entre los meses de abril y junio cuando muchos de los niños participantes ya tenían fijados sus horarios de actividades extraescolares. Aún así, la mayoría de estos niños han optado en muchas ocasiones por asistir a las actividades del programa anteponiendo estas sesiones a las actividades que tenían previamente.

En tan sólo 3 meses los niños, tanto pequeños como mayores, han conseguido formar un grupo de trabajo sólido y muy concienciado con la importancia que las actividades físicas que realizaban tenían en su salud.

También a destacar que estos niños con problemas de obesidad, en contra de lo que se pudiera suponer en un principio, no han demostrado en las sesiones ser niños inactivos o especialmente reacios a practicar actividad física, sino más bien lo contrario. Al encontrarse en una situación de igualdad física y motriz con respecto a sus compañeros, participaban activamente en todas las actividades propuestas. Con motivación y variando los juegos que se llevaron a cabo los niños encontraron en este proyecto un espacio idóneo para realizar actividad física. Al no orientar la actividad hacia la competición ni hacia ningún deporte en concreto los niños comprendían que la actividad física es muy buena para mejorar su salud y su iniciativa a participar en los juegos fue muy positiva.

Dado el importante éxito obtenido a lo largo de su primer año de vida, actualmente ya se está llevando a cabo y desarrollando el segundo año de la actividad, en el cual a diferencia del primero se ha ampliado el programa de intervención a todo el curso académico de los niños/as (desde septiembre a junio) con el fin de comprobar los beneficios para la salud que este periodo de tiempo tiene sobre los participantes. Así mismo, no solo se ha ampliado la duración temporal de la actividad sino también la oferta de actividades que se están llevando a cabo con los niños/as.

En base a la experiencia acumulada en durante este tiempo y una vez conocidos los reducidos costes económicos y recursos que requiere la actividad, el plan de viabilidad parece factible y prueba de ello es que el concejal de deportes del ayuntamiento de Leganés ha expresado su deseo de ofrecer éste servicio desde su delegación a todos los ciudadanos del municipio. Desde la delegación de deportes del Ayuntamiento ya se está trabajando en el modelo que se utilizará para garantizar la sostenibilidad del proyecto.

Cualquier aclaración o consulta sobre este proyecto debe dirigirse al correo: ignacio.ara@uclm.es

4.6 Premio Estrategia NAOS a la iniciativa empresarial al proyecto “CAPSA, pensando en tu salud”, presentado por Corporación Alimentaria Peñasanta S.A.

La Unidad de Nutrición y Salud de Corporación Alimentaria Peñasanta S.A.(CAPSA), adquirió hace 6 años el compromiso de fomentar un estilo de vida saludable en la población, a través de la generación de conocimiento y difusión de información que

impacten positivamente en el desarrollo de las nuevas generaciones de nuestro país.

Para lograrlo, la unidad ha basado su actuación en tres áreas:

1. Fomento de hábitos saludables. Alimentación y actividad física. Se busca incentivar a las personas a tener un estilo de vida saludable a través de diversas actividades educativas que promueven el conocimiento de una buena alimentación, y la importancia de la actividad física como elementos fundamentales para un país más saludable.

Programas escolares:

- “Desayunos saludables” y “Profesor de nutrición”: El objetivo es común a ambos: concienciar a los escolares tanto de la importancia del desayuno, como de saber alimentarse de forma adecuada. Para evaluar el programa de “Desayunos Saludables” se realizó un estudio de hábitos de desayuno y una evaluación de conocimiento entre los niños participantes. En la actividad de “Profesor de nutrición”, se llevó a cabo un seguimiento y evaluación del impacto obtenido en los centros con la realización de las actividades.
- “Somos activos”: El objetivo, es ejemplificar a través de la figura de un deportista la importancia de la alimentación y de la actividad física como complemento a unos hábitos de vida saludables.
- Juegos del Principado de Asturias y colaboración con la Federación Española de Baloncesto: El objetivo es incentivar la práctica deportiva entre la población infantil de la región de Asturias. Central Lechera Asturiana patrocina los “Juegos del Principado”. A nivel nacional, se colabora con la Federación Española de Baloncesto (FEB), con el objetivo de animar a los jóvenes del país a practicar baloncesto desde la infancia. Dentro de estas Jornadas, se realiza un análisis personalizado del estado nutricional.

Programas dirigidos a adultos:

- Jornada “Mejorar su alimentación, mejorar su salud” en colaboración con la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA): El objetivo de este programa es alertar a la población, a través de distintas charlas y conferencias, sobre los riesgos que conlleva el sobrepeso y la obesidad, y analizar, al mismo tiempo, las estrategias para su control y prevención.
- “Carreras de la mujer Central Lechera Asturiana”: El objetivo perseguido es fomentar la práctica deportiva en las mujeres de todas las edades y condición, y conseguir el máximo compromiso con la Asociación Española contra el Cáncer (AECC) en su lucha contra el cáncer de mama, dando a conocer a la mujer los grandes beneficios que aporta el realizar ejercicio físico de forma regular.

Programas dirigidos a empleados:

- “Cuida tu salud aprendiendo a alimentarte”: El objetivo principal es dotar a los trabajadores y a sus familiares de las herramientas y conocimientos necesarios que les permitan elegir su alimentación en base a las recomendaciones de los profesionales. Se han obtenido resultados en función de objetivos y datos antropométricos más destacados.
- “Jornadas de la salud y el bienestar”: El objetivo principal de la actividad, es impulsar la promoción de la salud, la prevención de las enfermedades y acercar a los trabajadores las actividades relacionadas con la salud que ya se venían impulsando y desarrollando en la empresa. Se evalúa el grado de satisfacción de las jornadas a través de una encuesta.

2. Información y divulgación. Todas las acciones que se realizan en este ámbito son apoyadas por un “Consejo Honorario”, integrado por un grupo de expertos reconocidos en las áreas de nutrición e investigación científica en salud y por colaboraciones con diversas sociedades científicas del ámbito de la nutrición.

- Nueva web Central de Salud dirigida a consumidores: Con el objeto de adaptarnos a las nuevas tecnologías y poder llegar a más consumidores.
- Visitas a profesionales de la salud. Programa “Alimentación saludable”: El objetivo es transmitir a los profesionales del ámbito de la salud las bases relacionadas con los hábitos saludables apoyados por el material didáctico específico editado por CAPSA. Se evalúa el perfil de los profesionales de salud y se utilizan encuestas de satisfacción.
- Nuevo Servicio de Consulta Nutricional para consumidores: a través de la escucha de las consultas posteriormente, se comenta con el personal de la plataforma las posibles mejoras tanto a nivel de calidad como de contenido de la llamada.

3. Investigación nutricional. Se trabaja de la mano con el área de Investigación y Desarrollo con el fin de seguir innovando para ofrecer al consumidor productos nutritivos y de gran calidad que satisfagan sus necesidades. Así mismo, se apoya en nuevas investigaciones relacionadas con temas de salud y nutrición. Además, se busca generar alianzas con los principales centros educativos y de investigación del país para fomentar la generación de nuevos conocimientos y promover la cultura de la investigación. Ejemplo de ello es la actual participación de CAPSA en el Programa CENIT a través de los proyectos SENIFOOD y HENUFOOD, dedicados a la investigación estrictamente nutricional de alimentos, ingredientes y tecnologías específicas para mejorar la calidad de vida de determinados grupos de la población.

- Reformulación nutricional y lanzamiento de nuevos productos saludables: Se desarrollan mejoras en los procesos y en los alimentos que elaboramos, ofreciendo productos nutritivos más saludables y de gran calidad. La Unidad de Nutrición y Salud trabaja conjuntamente con el área de Investigación y Desarrollo en las iniciativas que se citan a continuación:
 - Reformulación de la composición nutricional de algunas gamas de

- productos reduciendo grasas saturadas y sal/sodio.
 - Puesta en el mercado de productos bajos en grasa.
 - Lanzamiento de una nueva gama de leches funcionales
- Premio Internacional HIPOCRÁTES de Investigación Médica en Nutrición Humana: El objetivo es apoyar la labor de investigación nutricional y divulgación de la evidencia científica entre el colectivo profesional relacionado con la nutrición y la salud.

El promotor e impulsor del proyecto es CAPSA, pero cuenta con la colaboración e implicación de Ayuntamientos, Patronatos, Fundaciones deportivas, Federaciones, Colegios, Centros especializados y empresas, dependiendo del ámbito de intervención.

CAPSA, a través de su Unidad de Nutrición y Salud está muy comprometida con todos los temas relacionados con el fomento de hábitos saludables, pensando siempre en el bienestar del consumidor y en mejorar su calidad de vida. Es por ello, que ha realizado un esfuerzo considerable y cuenta para el año 2012 con un presupuesto aproximado de 1.439.650 euros invertidos en los distintos proyectos aquí presentados.

Cualquier aclaración o consulta sobre este proyecto debe dirigirse al correo: marta.hernandez@capsa.es

4.7 Premio Estrategia NAOS de especial reconocimiento al *Doctor D. Manuel Serrano Ríos*, por su dilatada y reconocida trayectoria profesional en el campo de la nutrición y el estudio de la obesidad.

En los próximos días se colgará el resumen del Currículum Vitae del Doctor D. Manuel Serrano Ríos.