



I CONVENCION NAOS

Madrid, 27-28 de Marzo

Políticas y planes de acción para promover estilos de vida saludables

Conxa Castell

Dirección general de Salud Pública



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

PAAS

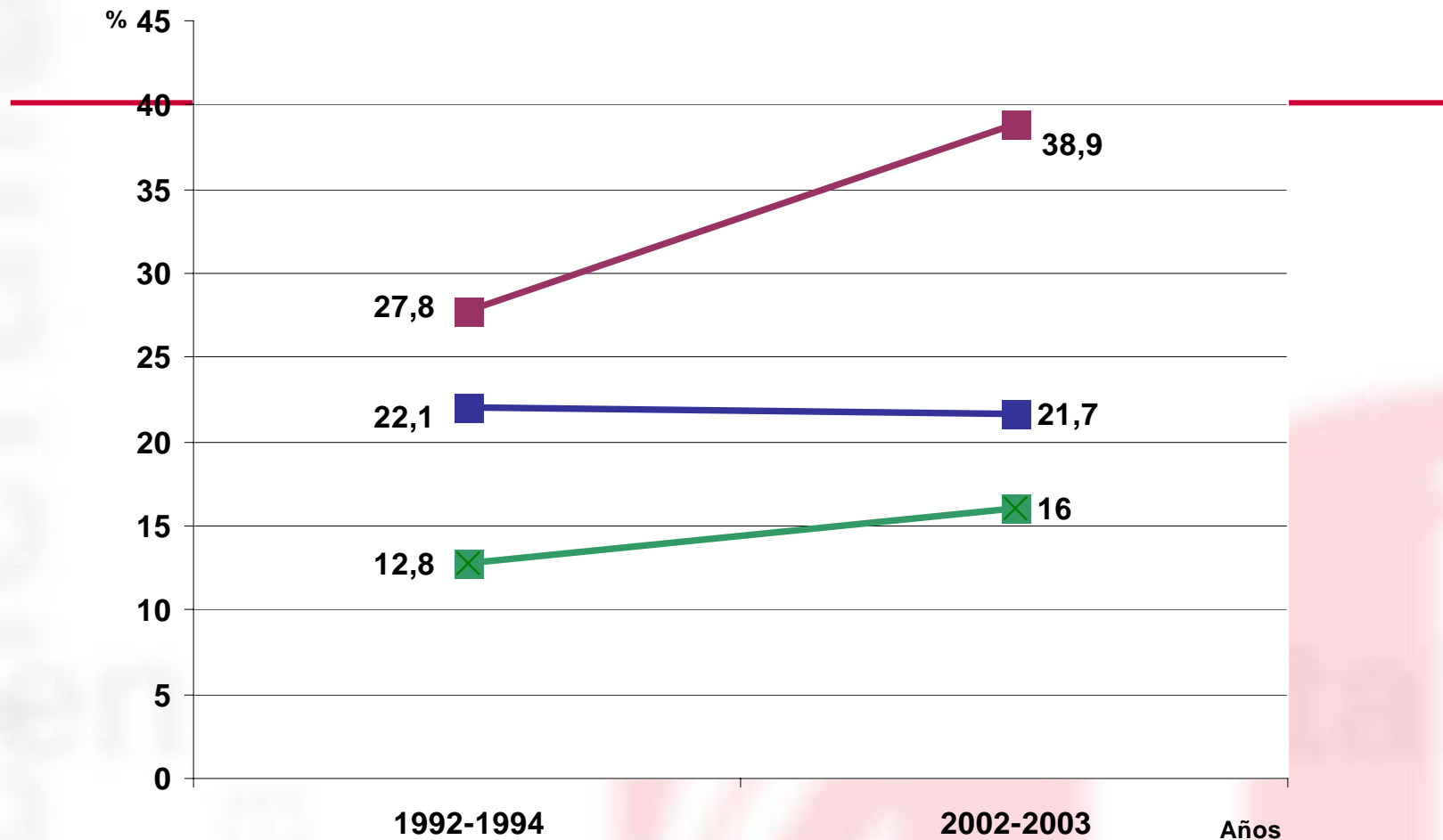
Pla integral per a la promoció
de la salut mitjançant l'activitat
física i l'alimentació saludable

Guión

- PAAS: Justificación y Objetivos
- Tres experiencias en tres ámbitos distintos
- Factores facilitadores y factores que han requerido/requieren especial atención
- Reflexiones de futuro

Obesidad, sobrepeso y sedentarismo en Catalunya

Población >= 15 años



Sobrepeso IMC 25 - 29 ENCAT

Sedentarismo ESCA

Obesidad IMC >= 30 ENCAT



Estrategia mundial OMS sobre dieta, actividad física y salud

la agencia española de seguridad alimentaria y nutricional



estrategia
naos

PAAS

Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

**PLAN INTEGRAL
PARA LA PROMOCIÓN DE LA
SALUD MEDIANTE
ACTIVIDAD FÍSICA
Y
ALIMENTACIÓN SALUDABLES
(PAAS)**

PAAS | Pla integral per a la promoció
de la salut mitjançant l'activitat
física i l'alimentació saludable



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

PAAAS

...hacia una alimentación y actividad física saludables...

PAAS | Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable

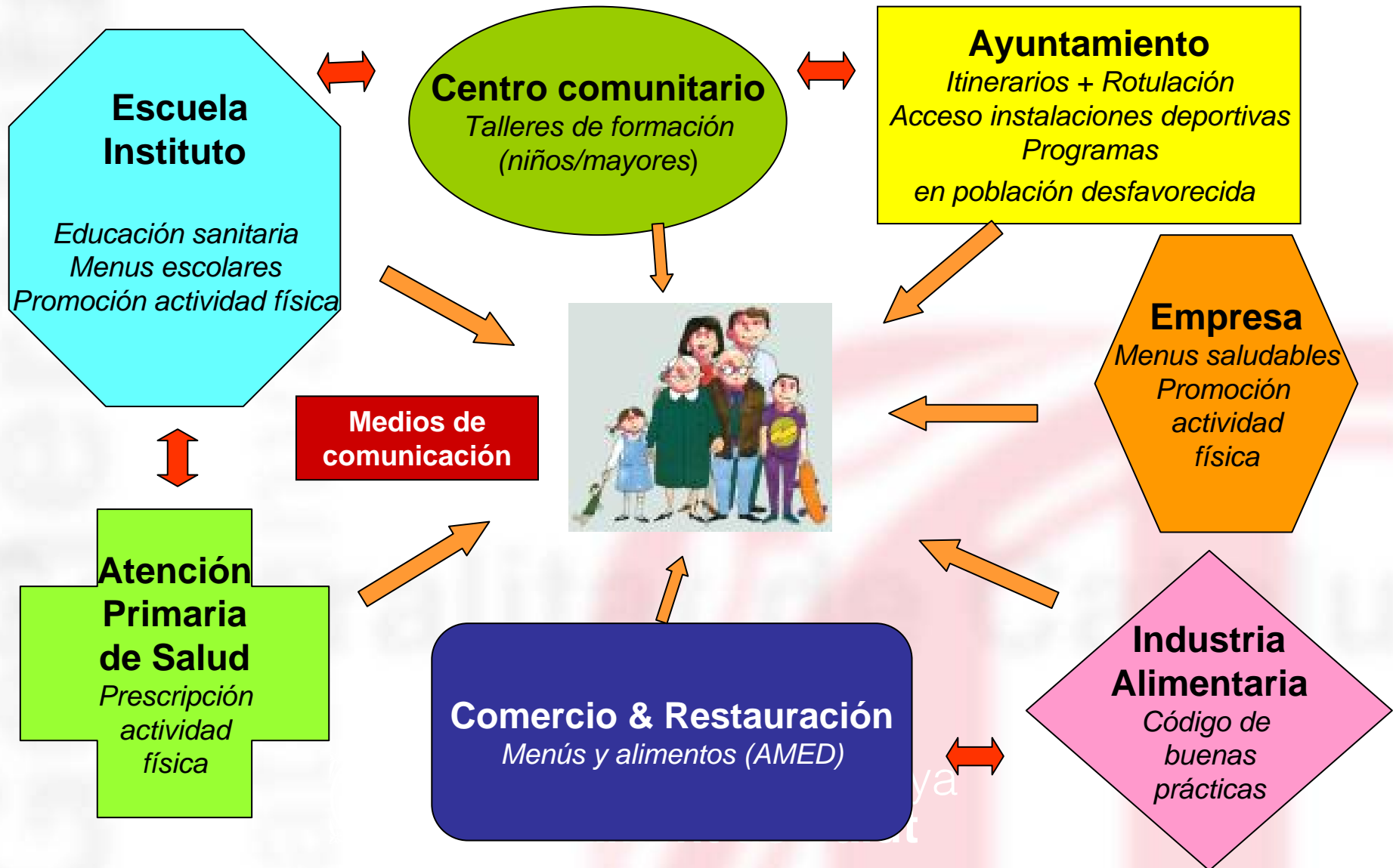


Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Objetivos PAAS

- ➔ **S**ensibilizar a la población para que perciba como factibles opciones que promuevan la salud mediante la práctica regular de actividad física y de una alimentación saludable
- ➔ **D**esarrollar acciones informativas y educativas así como intervenciones sobre el entorno que faciliten la adquisición y el mantenimiento de estilos de vida saludables
- ➔ **P**romover acuerdos y compromisos en los distintos ámbitos para potenciar estrategias de cooperación con la finalidad de ser más eficientes en la utilización de recursos

PAAS - enfoque multisectorial



Àmbitos de actuació

- **Educativo** 5
- Sistema de salud 3
- Comunitario 10
- Laboral 1

Guía : L'alimentación saludable en la etapa escolar

- Editada en colaboración con el Departamento de Educación. Distribución de 10.000 ejemplares (escuelas, AMPAS, centros de recursos educativos, equipos de pediatría de centros de salud)
- ✓ +300.000 descargas de la web del D.Salud

- Según recomendaciones acordadas en el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud CISNS, Junio de 2005
- Documento de consenso sobre la alimentación de niños y adolescentes y protocolo para la elaboración de programaciones de menús en el ámbito docente



Revisión gratuita de menús de centros docentes de Catalunya

➔ Convenio entre el Departamento de Salud el Departamento de Educación y el CESNID UB

Solicitud de cualquier centro escolar público, concertado o AMPA, dirigida a los Departamentos de Salud o Educación

Derivación al CESNID (UB). Valoración según protocolo consensuado, contenido en la guía “L’alimentació saludable a l’etapa escolar”

Previsión de 180 evaluaciones de centros escolares al año

Factores Facilitadores

- **Demandado por la población**
- **Soporte Consejo Interterritorial**
- **Existencia de protocolo previo**

Factores que han requerido atención especial

- **Convenio con Departamento de Educación**
- **Heterogeneidad de la actividad de las entidades municipales**

Àmbitos de actuació

- **Educativo** 5
- **Sistema de salud** 3
- **Comunitario** 10
- **Laboral** 1

Frecuencia con que se come o cena en bares, cafeterías, restaurantes, establecimientos *fast food*...

Frecuencia	n	%
Nunca o menos de 1 vez al mes	748	36.3
Más de 1 vez al mes y menos de 1 vez por semana	564	27.4
Entre 1 y 3 veces o más, por semana	750	36.4
Total	2062	100.0

Fuente: ENCAT Encuesta Nutricional de Catalunya 2002-2003



establecimientos promotores de la alimentación mediterránea

Mantener y fomentar el consumo de alimentos y preparaciones saludables propias del área mediterránea en el ámbito de la restauración colectiva y social

Entidades implicadas:

Departamento de Salud, Ayuntamiento de Granollers, Fundación Dieta Mediterránea FDM, Consejo Comarcal del Vallès Oriental, Gremio de Hostelería del Vallés

¿Qué puede ofrecer un restaurante AMED?

El cliente de un restaurante AMED dispondrá ...



De una oferta gastronómica propia de la alimentación mediterránea, a un precio asequible similar a los precios habituales del establecimiento



Información sobre opciones de ocio activo (paseos, circuitos, recorridos, etc.) en los alrededores del establecimiento o en zonas próximas, y también, sobre promoción de hábitos saludables



¿Cómo ser un establecimiento AMED?

Si...utilizas aceite de oliva habitualmente

Si...tienes una buena oferta de postres a base de fruta fresca

Si...tienes una amplia oferta de platos mediterráneos

Si...ofreces siempre agua y el vino se puede consumir por copas

ya eres casi un restaurante AMED!

Contacta con nosotros y te informaremos

(amed@amed.org, Teléfono: 932096720, de 9.30 a 18.30 horas).



Amed
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

RESTAURADOR
Si voleu estar **Acreditat?**

[Click aquí >](#)

CLIENT
Si voleu guanyar un **Apat?**

[Click aquí >](#)

[QUÈ ÉS AMED?](#)

[RESTAURADORS](#)

[CONSUMIDORS](#)

[GUIA
D'ESTABLIMENTS](#)

[ALIMENTACIÓ
MEDITERRÀNIA](#)

[NOTÍCIES](#)

[CONTACTE](#)



Benvinguts a Amed

L'activitat física i l'alimentació influeixen sobre la salut de les persones.

Amb l'objectiu de promoure la millora dels hàbits alimentaris i la pràctica regular d'activitat física, dins el context cultural d'un estil de vida mediterrani que faciliti l'autonomia de les persones, el Departament de Salut ha iniciat una estratègia anomenada PAAS (Pla integral de promoció de l'activitat física i l'alimentació saludable) amb accions dirigides a diferents àmbits d'actuació: sanitari, educatiu, comunitari i laboral.

Dins el context de l'àmbit comunitari s'ubica el projecte **AMED** (establiments promotors de l'**Alimentació MEDITERRÀNIA**).

Factores Facilitadores

- **Respuesta a cambios patrón social**
- **Implicación del colectivo de la restauración**

Factores que han requerido atención especial

- **Coordinación de las entidades locales**
- **Convenio con Departamento de Turismo**
- **Grado de participación restauradores??**

Àmbitos de actuació

- **Educativo** **5**
- **Sistema de salud** **3**
- **Comunitario** **10**
- **Laboral** **1**

Punto de partida inicial en el DS

1. Actividad sedentaria: >90%
2. Hábito inicial uso de escaleras: 50 %
3. **IMC:** sobrepeso: 12%(mujeres)-30%(hombres)
obesidad: 7%(mujeres)- 8%(hombres)

PAAS en el Departamento de Salud

- Sesiones informativas sobre alimentación
- Contenido saludable de las máquinas expendedoras (manzanas, bocadillos, agua)
- Promoción del uso de las escaleras



Lemas



Estar en forma no costa tant



Cada esglaó + salut, - calories



Fes salut sense ni adonar-te'n



Puja i baixa 7 minuts al dia

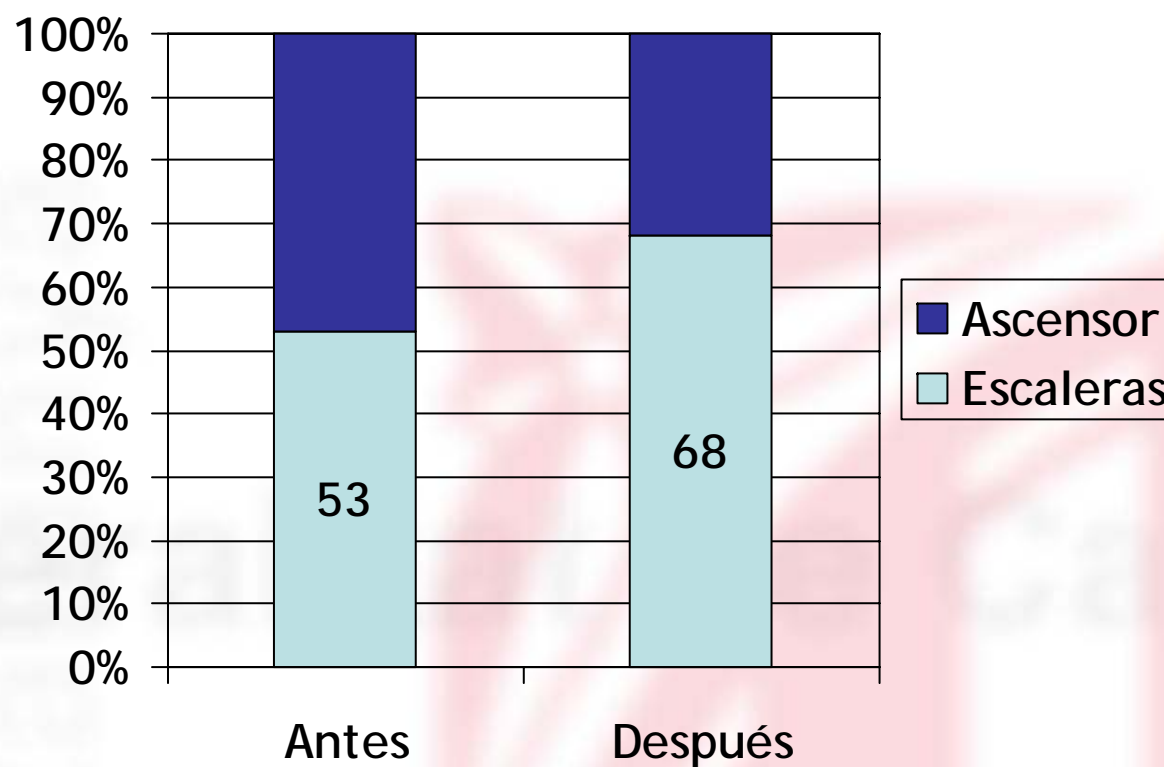


Feu salut, pugeu per les escales



PAAS Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable

Evaluación del uso de escaleras antes/después de la colocación de rótulos



↘ Acciones PAAS en los Departamentos de la Generalitat

- ↘ Formación Equipos de Riesgo Laboral
- ↘ Sesiones informativas sobre AL/AF
- ↘ Mensajes en la página web sobre AL/AF
- ↘ Materiales de soporte informativos
- ↘ Artículos y encartes en la revista F. Pública
- ↘ Contactos con las empresas de catering
- ↘ Promoción del uso de las escaleras
- ↘ Contenido saludable máquinas expendedoras

Factores Facilitadores

- **Respuesta a estilos de vida poco saludables**
- **Sensibilización de la población laboral**
- **Experiencia previa con tabaco**

Factores que requieren atención especial

- **Implicación de todos los Departamentos**
- **Población diana muy grande (140.000 personas) y heterogénea**

Y en general el

PAAS | Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable

Factores Facilitadores

- **Prioridad clara del Departamento de Salud/DG Salud Pública**
- **Inversión recursos humanos y materiales**
- **Soporte a más de 46 intervenciones**

Factores que requieren atención especial

- **Imprescindible enfoque multisectorial**
- **Imprescindible evaluación (generar evidencia)**
- **Ha supuesto un cambio de dinámica de trabajo**

Reflexiones de futuro

- Continuar con el diseño de estrategias que aborden paralelamente alimentación y actividad física
- Seguir potenciando y coordinando estrategias locales
- Políticas facilitadoras
 - precios
 - disponibilidad
 - mejora espacios urbanos



estrategia
naos

I CONVENCIÓN NAOS

Madrid, 27-28 de Marzo

Muchas gracias



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut