



Ajuntament
Sant Andreu de la Barca



estrategia
naos

en

Sant Andreu de la Barca

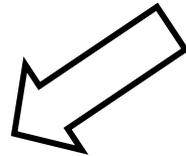
28 de marzo de 2007

PRINCIPIOS

- La interrelación existente entre obesidad, hábitos nutricionales, actividad física e imagen corporal
- El trabajo conjunto entre todos los agentes implicados en el problema de la obesidad

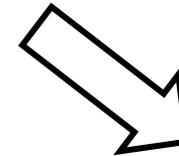


ACTUACIONES DE INTERVENCION MUNICIPAL



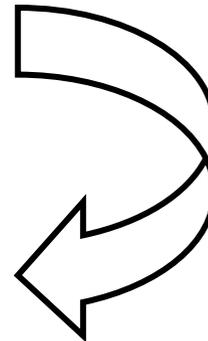
PROGRAMA:

*Mejora hábitos
alimentarios*



PROGRAMA:

Actividad física



Agentes implicados

- **Ayuntamiento:** departamentos de salud pública, servicios sociales, urbanismo, educación y comunicación y patronato municipal de deportes
- **centro de salud (ABS)**
- **centros escolares**
- **padres**
- **población en general**

Los programas se han desarrollado en tres grupos de población

- Población infantil y juvenil
- Tercera edad
- Población en general



POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL / 1

Programa *Mejora hábitos alimentarios*

Ámbito de la educación / 1

Talleres en los centros escolares sobre Desayunos y meriendas saludables

- En coordinación con el ABS
- Niños de 1r de primaria
 - Curso 2006-2007: 11 aulas (284 niños)
 - Curso 2005-2006: 11 aulas (275 niños)
- Aspectos relevantes:
 - formación nutricional de los niños
 - Implicación de los padres mediante material específico que se usa en los talleres

...



POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL /2

Programa *Mejora hábitos alimentarios*

Ámbito de la educación / 2

...

- **Valoración de los menús escolares y máquinas expendedoras**
(en colaboración con Generalitat de Catalunya)

10 Centros escolares (100%)

- Promedio diario de niños que se quedan a comer (2006-2007): 1.245 niños (42,70% del total de niños)
- Aspectos relevantes:
 - Valoración cualitativa y equilibrio nutricional
 - Implicación de la comunidad educativa.
 - importancia de los comedores escolares en el problema de la obesidad

...



POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL / 3

Programa *Mejora hábitos alimentarios*

Ámbito de la educación / 3

...

- Charlas en los centros escolares sobre hábitos nutricionales saludables en los niños y prevención del sobrepeso y la obesidad infantil
 - destinadas a padres
 - Curso 2005-2006: 22 padres
 - Curso 2006-2007: 25 padres
 - Aspectos relevantes
 - La importancia de la familia como potenciadora de hábitos saludables
 - Aumento de los conocimientos sobre buenos hábitos alimentarios

...



POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL / 4

Programa *Mejora hábitos alimentarios*

Ámbito de la educación / y 4

...

- Talleres en los IES sobre la imagen corporal (preadolescencia)
 - 4º año consecutivo
 - Alumnos de 2n de ESO (2006): 275 participantes
 - Visualizar la conexión entre los hábitos alimentarios y la buena imagen corporal
- Incorporación progresiva de otras actuaciones
 - Curso 2006-2007: Cuentos para niños de 10-12 años como vehículo para conocer los diferentes componentes que intervienen en la alimentación
 - Implicación de los niños de 2n de ESO, en los talleres realizados a los más pequeños, convirtiéndolos en referentes y como una actuación de refuerzo
 - Relación con los catering o responsables de comedores para una disminución del sodio y el uso de ácidos grasos saludables



POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL / 5

Programa *Actividad física*

Ámbito deportivo / 1

Programa Marca un gol y engánchate al deporte

Las entidades deportivas se desplazan hasta los centros escolares para fomentar e iniciar a los chicos en diferentes deportes durante horario escolar.

Participantes en el 2006 (9-12 años de 5 CEIPs): 626

Programa Deporte en los barrios

Las entidades deportivas se desplazan hasta los barrios para fomentar e iniciar a los chicos en diferentes deportes.

Incorporación de competiciones deportivas en los barrios

Participantes en el 2006: 166

...





POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL / 6

Programa *Actividad física*

Ámbito deportivo / y 2

...

- Programa de natación

- Cursos CEIPS horario escolar(6-8 años): 416 participantes
- Cursos AMPAS (3-12 años): 255 participantes
- Cursos de invierno: (participación infantil y juvenil): 751 participantes
- Cursos de verano (participación infantil): 73 participantes

- Programa de la Escuela deportiva municipal

A través de ella se inicia y promocionan los deportes federados que se practican en la localidad

- Participantes en el 2006: 431 participantes

POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL / y 7

Programa *Actividad física*

Ámbito de urbanismo

1) Situación y mejora de las instalaciones deportivas municipales (Patronato de Deportes)

2) Uso de zonas verdes como espacio para la actividad física

- Mediante juegos infantiles y monitores especializados

- Fomento del cambio del ocio sedentario al ocio activo

- Acercamiento de actuaciones deportivas a los barrios



Tercera edad / 1

ACTUACIONES DE NUTRICIÓN / 1

- Talleres/Charlas dirigidas a gente mayor: *Comer bien cuando eres mayor*
 - Ejecutada conjuntamente con el ABS
 - Tercer año consecutivo
 - Asistencia : 30 personas por charla
 - Aspectos relevantes:
 - Refuerzo grupal al consejo nutricional individual que se da desde los servicios sanitarios

Tercera edad / 2

ACTUACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA / 1

- *Programa Todos en movimiento*

Actividades tanto en el ámbito físico como el acuático guiadas por monitores y dirigidas a las personas mayores de 60 años del Casal

- Actividades físicas: 40 participantes
- Actividades acuáticas: 42 participantes
- Actividades Casal: 135 participantes
 - Para personas con menos movilidad y con dificultad de acceso a las instalaciones deportivas
- Total de participantes: 217 participantes



Tercera edat / y 3

ACTUACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA / y 2

- *Programa Camina hacia la salud* (2006)
Caminatas de una hora de duración por una zona de la ciudad, conducidas por un monitor deportivo.
645 participantes
- *Puesta en marcha de un Circuito de Salud para la gente mayor*
(en colaboración con Diputación de Barcelona)
 - Diferentes módulos de actividades forman un recorrido que permite fomentar y mejorar las facultades físicas y sensoriales de la gente mayor, en especial





Población general / 1

ACTUACIONES DE NUTRICIÓN / 1

- **Detección y seguimiento de casos de sobrepesos y obesidad en niños y adultos**
 - Valoración mediante encuestas nutricionales y de ejercicio físico en franjas de edad determinadas
 - Consejo e información nutricional
- **Talleres sobre hábitos nutricionales saludables dirigidos a pacientes con enfermedades crónicas asociadas a la obesidad**
 - Desde el ABS

Población general / 2

ACTIVIDADES DE NUTRICIÓN / y 2

- **Repartición del tríptico "Come Bien, Vive mejor"**
(buzoneo, muestra comercial, en lugares estratégicos...)
- **Emisión radiofónica local de consejos nutricionales saludables**
- **Concurso de recetas saludables**
 - Receta ganadora en el 2006: Ensalada con rulo de queso de cabra
 - Publicación de las recetas presentadas al concurso en el diario de Sant Andreu
 - premio: cena para dos en un restaurante del municipio

Población general / 3

ACTUACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA / 1

- Información sobre actividad física para los pacientes que consulten la ABS
- Incorporación de la actividad física en la prescripción terapéutica de pacientes obesos y con patologías crónicas en ABS
 - Sesiones formativas a este respecto para los profesionales sanitarios
 - Sesiones informativas de los diferentes programas de las instalaciones deportivas y catálogo de actividades
- Fomento de la práctica de actividad física des del programa *San Andreu sin humo, un Sant Andreu con más salud*
 - *Subvención al Patronato de Deportes a la gente que deja de fumar*

Población general / y 4

ACTUACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA / y 2

- Fomento de actividades físicas y de ocio activo
 - Fiesta de la bicicleta
 - Carrera popular de Sant Andreu ...
 - Soporte a un proyecto de cicloturismo ...
- Mejora y ampliación de los equipamientos y servicios deportivos
- Peatonalización del casco antiguo
- Fomento y creación de nuevas zonas de ocio
 - Una zona en cada barrio
 - Nuevos jardines del Montserrat Roig
 - Skate Park en el parque de Mariana Pineda ...



Un resumen / 1

- 5.000 personas de la ciudad hacen deporte habitualmente en las instalaciones deportivas municipales
 - El programa "Marca un gol y engánchate al deporte" ha introducido a las entidades deportivas en los colegios en horario lectivo y dando un total de 400 horas
 - 600 niños y niñas cada año disfrutan del deporte base, 512 de la Escuela Deportiva, 200 de los Juegos escolares y 700 de la Escuela de Verano
 - Jornadas de deporte en los barrios
- ...

Un resumen / y 2

...

- 37.000 usos del Programa Deporte-Salud para la gente mayor con 65 horas semanales de actividades
- 815 personas, la mayoría mayores, participan en el ciclo de paseos "Camina cap a la Salut"
- 2.200 personas de todas las edades en los Cursillos de Natación
- Programa deportivo especial para personas con disminución
- 500 participantes cada año en la Cursa de Primavera
- Grandes acontecimientos deportivos: Open de España de BTT, Descenso Internacional de Mountain Bike ...





Ajuntament
Sant Andreu de la Barca



estrategia
naos

en

Sant Andreu de la Barca

28 de marzo de 2007