

EL EXCESO DE PESO INFANTIL AFECTA AL 41,3 % DE LOS NIÑOS ESPAÑOLES*

Nutriplato llega a las escuelas para mejorar los hábitos nutricionales de 10 mil alumnos

- El Método Nutriplato, desarrollado por el Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona y Nestlé, se suma al Programa Escolar de Salud **CA**rdiovascular (PESCA) como herramienta de educación nutricional clave para prevenir, detectar y modificar el exceso de peso infantil y otros factores de riesgo cardiovascular.
- El programa PESCA, coordinado por el Dr. Fernando Zárate, experto en salud escolar y prevención cardiovascular, realiza un diagnóstico integral del alumno en la propia escuela y elabora un plan de acción nutricional y de actividad física adaptado a cada niño que está pensado para abordarlo de forma transversal entre familia, colegio y centros de salud.
- En la primera fase, cerca 1.000 niños de colegios de la Comunidad de Madrid y Castilla- La Mancha han participado en la iniciativa. Ahora el programa aspira a llegar al máximo número de centros escolares de la geografía española, alcanzando los 10.000 alumnos/as en los próximos 5 años.

Esplugues de Llobregat, 5 de noviembre de 2019. — En la actualidad, el 41,3% de los niños/as españoles de 6 a 9 años padece exceso de peso* pero, a pesar de los elevados índices de obesidad y sobrepeso, muchas veces no se realiza el diagnóstico más adecuado; un hecho que retrasa una intervención en edades tempranas que sería lo más eficaz. En este contexto, el Programa Escolar de Salud **CA**rdiovascular (PESCA), promovido por el Dr. Fernando Zárate —médico adjunto al servicio de Pediatría de los hospitales QuironSalud Toledo y QuironSalud Sur y experto en salud escolar y prevención cardiovascular— se ha marcado como objetivo ayudar a prevenir, detectar y modificar el exceso de peso infantil y para ello, ha incorporado Nutriplato, el Método de educación nutricional desarrollado por el Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona y Nestlé, como herramienta clave del programa para mejorar los hábitos alimentarios de los niños que participan en la iniciativa.

En un primer momento, el equipo multidisciplinar que integra PESCA —profesionales de la salud, investigadores, epidemiólogos y docentes— realiza un exhaustivo diagnóstico cardiovascular a los alumnos de entre 3 y 17 años de las escuelas adheridas a la iniciativa en el que se analizan los antecedentes, alimentación y nivel de ejercicio de los niños. Luego, lleva a cabo una exploración física que analiza el Índice de Masa Corporal (IMC) de cada estudiante y, en los mayores de 7 años, también la bioimpedancia (BIA) de composición corporal. Tras estudiar todos los factores, el programa elabora un plan de acción para aquellos casos de alumnos con exceso de peso o sobrepeso que está diseñado para abordarlo de forma transversal y coordinada entre familia, colegio y médico de atención primaria.

*Estudio ALADINO 2015: Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2105. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Madrid, 2015.

“Hoy sabemos que las consecuencias del exceso de peso infantil son tan previsibles como demoledoras y que afectan a todos los sistemas de nuestro organismo a corto, medio y largo plazo. Con este programa queremos dar respuesta a la creciente demanda de expertos e instituciones de abordar el exceso de peso infantil de forma eficiente. Para ello, creemos que la clave está en abordar la problemática de forma transversal. Es decir, no solo en casa sino también desde el colegio y en coordinación con los centros de salud. Por eso, toda la información relevante la ponemos a disposición de los padres, pero también del pediatra o médico habitual del niño, así como del departamento de Educación Física del colegio y del Servicio de Comedor, ya que uno de nuestros objetivos consiste en lograr la colaboración entre todos estos actores en pro del objetivo común: la mejora de la salud de niños y niñas”, explica el doctor Fernando Zárate.

El plan de acción que el equipo médico de PESCA prepara para cada caso concreto recoge las recomendaciones más adecuadas a la edad y condición física del niño para reducir el sedentarismo y mejorar sus hábitos alimentarios; un área en la que PESCA se apoya en Nutriplato. *“Este Método se basa en el reconocido Plato de Harvard, pero se ha adaptado a la dieta mediterránea y a los niños. La herramienta principal es un plato físico que, por sus dibujos, resulta atractivo para los pequeños y muy práctico para los padres ya que marca, por colores, las proporciones en las que deben estar presentes los diferentes grupos de alimentos en el plato. Las verduras deben ocupar la mitad del plato, un cuarto las proteínas y el cuarto restante, los alimentos ricos en hidratos de carbono. Así será más fácil evitar un error muy común, que los hidratos de carbono ocupen la mayor parte del plato en lugar de las verduras”,* explica Laura González, responsable de Nutrición de Nestlé España.

Las escuelas, un pilar para educar también en salud

Cerca de 1.000 estudiantes de colegios de la Comunidad de Madrid y de Castilla-La Mancha que, de forma voluntaria, participan en el programa ya han pasado por el protocolo. El objetivo que se ha marcado el programa a cinco años es ambicioso: llegar a 10.000 alumnos y al mayor número posible de centros escolares en España.

El programa PESCA se lleva a cabo en las propias escuelas y dentro del horario habitual, poniendo así de relieve el papel protagonista del colegio para prevenir, diagnosticar y orientar a los niños también en materia de salud. *“Las escuelas son, cada vez más, el centro de la vida de los niños: horas lectivas, comedor, extraescolares... Es el lugar donde pasan la mayor parte de su tiempo por lo que ¿qué mejor sitio para detectar y prevenir en salud? Además, al hacer un seguimiento continuado en cada curso escolar podemos monitorizar la salud del pequeño y seguir su evolución de forma continuada”,* explica el doctor Fernando Zárate.

Acerca de Nestlé

Nestlé está presente en 190 países de todo el mundo y cuenta con 308.000 empleados, firmemente comprometidos con el propósito de Nestlé de mejorar la calidad de vida y contribuir a un futuro más saludable. Su oferta de productos y servicios cubre las necesidades nutricionales de las personas y de sus mascotas en todas las etapas de la vida.

En España, Nestlé instaló su primera fábrica en La Penilla de Cayón (Cantabria) en 1905. En la actualidad, cuenta con 10 centros de producción distribuidos en 5 Comunidades Autónomas. El 56% del total de la producción española se destina a la exportación, principalmente a países de Europa.

Con una facturación de 1.930 millones de euros y una plantilla media de 4.130 personas en 2018, Nestlé lidera el mercado alimentario español con una amplia gama de productos: alimentos infantiles, lácteos, chocolates, cafés y bebidas a base de cereales, culinarios, cereales para el desayuno, aguas minerales, especialidades de nutrición clínica y alimentos para mascotas.

Acerca del Programa Escolar de Salud Cardiovascular (PESCA)

El Programa Escolar de Salud Cardiovascular (PESCA), que se inició en 2018, está diseñado para la actuación transversal entre colegio, proveedores de salud y familias y pretende convertirse en la mejor herramienta de prevención, detección y modificación tanto de Exceso de Peso Infantil, como de otros factores de riesgo cardiovascular infantil.

Para su elaboración, PESCA cuenta con la colaboración de un Grupo de Asesores independientes, pertenecientes a diversas entidades e instituciones del máximo prestigio académico, asistencial e investigador entre los que se encuentra la Dra. Marcela González-Gross, catedrática de Nutrición y Fisiología del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid, el Dr. Augusto García Zapico, doctor en Actividad Física y Salud de la Universidad Complutense Madrid, la Dra. Susana Aznar Lain, profesora Actividad Física y Salud de la Universidad de Castilla La Mancha y el Dr. Javier Martín de Carpi y la Dra. Marta Ramón Krauel, pediatra gastroenterólogo y endocrinóloga pediátrica del Hospital Sant Joan de Déu Barcelona.