



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN

La SEÑ organizó el 5 de julio de 2023 la jornada “El colegio como centro formador en salud” en el que se señaló el papel fundamental de estos centros en la educación alimentaria y la adquisición de hábitos saludables para combatir la obesidad.

- *El presidente de Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), Rafael Escudero, destaca que el colegio sea el centro desde el que se garanticen los derechos y el desarrollo integral de la infancia*
- *La jornada plantea un abordaje multidisciplinar en los colegios, donde participen educadores, familias y tanto profesores de educación física, como profesionales de la salud y la nutrición, dietistas-nutricionistas, enfermeras, psicólogos, pediatras, endocrinos, biólogos o farmacéuticos*

Madrid, 17 de julio de 2023. – La obesidad y el sobrepeso infantil suponen un importante problema de salud pública en nuestro país, ya que alrededor del 40% de los niños tiene un exceso de peso, según los últimos datos del estudio ALADINO, promovido por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). En este sentido, el papel de los centros escolares se presenta como una gran oportunidad para promover la educación en salud y nutrición desde las edades más tempranas.

Ésta es una de las principales conclusiones que se han puesto sobre la mesa durante la jornada ***El colegio como centro formador en salud***, organizada por la Sociedad Española de Nutrición (SEÑ) y la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF de la Universidad Politécnica de Madrid (UPM). Durante el evento se ha destacado la importancia fundamental de todos los formadores y profesionales de la alimentación, nutrición, dietética, actividad física y salud en general en inculcar hábitos saludables en los más pequeños.

“Existe un grave problema con la obesidad infantil en España y es el momento de actuar”, ha expuesto la **Dra. Marcela González-Gross**, catedrática de la UPM y presidenta de la SEÑ, sociedad científica que se ha mostrado dispuesta a liderar las iniciativas necesarias para promover el cambio de tendencia. “El papel que a día de hoy desempeñan los formadores en los colegios es fundamental e imprescindible para la adquisición de hábitos saludables entre los estudiantes, pero es necesaria la implicación de todos, desde las familias, los profesores de educación física, hasta profesionales de la salud y la nutrición, como dietistas-nutricionistas, enfermeras, psicólogos, pediatras, farmacéuticos o endocrinos”.

Durante la inauguración de la jornada, el **Dr. Rafael Escudero**, presidente de la AESAN, ha destacado la importancia de eventos como este, organizado por la Sociedad Española de Nutrición en colaboración con la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte- INEF de la UPM, a la hora de destacar y poner en valor el colegio y el entorno escolar como centros formadores de salud. “Tanto las distintas actividades regladas y no regladas que se celebran en el colegio (educativas, de ejercicio físico y las relacionadas con el comedor escolar) como el nivel y calidad de los profesionales que allí imparten enseñanza, garantizan que el colegio sea el



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN

centro desde el que se garantizan los derechos y el desarrollo integral de nuestra infancia”, ha subrayado.

La obesidad es un problema multifactorial, por lo que se necesitan soluciones multifactoriales donde colaboren distintos profesionales y autoridades. “Los centros educativos constituyen un entorno clave para promover estilos de vida saludables en la infancia que puedan mantenerse durante la edad adulta”, ha explicado **Almudena Rollán**, subdirectora General de Nutrición de la ASEAN. “La colaboración entre todos los agentes implicados -autoridades sanitarias y educativas, ámbito académico- resulta clave para seguir impulsando iniciativas en este ámbito, que contribuyan a la consecución de entornos alimentarios que proporcionen opciones saludables accesibles y asequibles para todos”.

Un trabajo de todos

Según el Estudio PASOS, puesto en marcha por la Fundación Gasol, la calidad de la dieta de los niños españoles, así como la práctica de actividad física, el tiempo de uso de pantallas y la calidad de vida de la infancia y la adolescencia, han ido empeorando con los años. “6 de cada 10 menores supera las horas recomendadas de uso de pantallas entre semana, mientras que 8 de cada 10 supera la recomendación el fin de semana”, ha expuesto el **Dr. Josep A. Tur**, catedrático de Fisiología (Grupo NUCOX) en la Universidad de las Islas Baleares y miembro de CIBEROBN. Prácticamente la mitad de la población infantil y adolescente española no cumple con la recomendación de horas de sueño tanto para los días de entre semana como para los del fin de semana.

En este sentido, y teniendo en cuenta estos datos, el **Dr. Santiago Gómez**, Director Global de Investigación y Programas de la Fundación Gasol ha subrayado “la necesidad de motivar a la comunidad y analizar el papel de las familias y del entorno del menor, ya que pueden transformarse para ser promotores de salud”.

Por esto, es necesario no olvidar el papel fundamental que tiene la familia en inculcar hábitos saludables y reforzar los que se establecen en los centros escolares. “La colaboración entre el pediatra, el colegio y la familia constituye una herramienta eficaz en la lucha contra el exceso de peso infantil. Tanto la prevención, como el propio diagnóstico de una situación de sobrepeso y obesidad resultan imprescindibles como paso previo a cualquier estrategia frente a este problema de salud pública” ha remarcado el **Dr. Fernando Zárate**, pediatra del Grupo Quirón Salud y coordinador del Programa escolar de salud cardiovascular (PESCA). Por este motivo “la dotación presupuestaria para estos proyectos también es importante”, ha añadido.

El papel de la educación física

Por otro lado, el **Dr. Augusto García-Zapico** miembro del Grupo ImFINE de la Universidad Politécnica de Madrid (UPM) y profesor en la Universidad Complutense de Madrid (UCM), ha resaltado el papel de los profesores de educación física. “El profesor de Educación Física debe ser un agente de salud en la vida de los niños y adolescentes. A través de la evaluación de los hábitos saludables y la condición física debe establecer programas de promoción de un estilo de vida saludable, tanto dentro de su asignatura como en el resto de la jornada escolar, que ayuden a los niños, niñas y adolescentes a adquirir y desarrollar hábitos saludables. La formación universitaria de los futuros maestros y profesores de Educación Física debe asegurar una formación adecuada para poder llevar a cabo estas iniciativas”.

En esta misma idea coincide, el **Dr. Vicente Gómez**, decano de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF de la UPM, que ha subrayado “el rol esencial de los profesores de Educación Física para motivar a los niños a tener una vida saludable. Tanto es así que la nutrición será una asignatura obligatoria en los estudios de INEF, donde hasta ahora formaba parte de las optativas”.



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN

Como conclusión, **Carlos Chamorro**, profesor de Educación Física del CEIP Cristóbal Colón, ha comentado que “el colegio debe tener una visión más integral, pero sin quitar el foco del ámbito familiar. Lo importante para promover buenos hábitos son 5 claves: actividad física, alimentación, descanso, higiene y el aspecto emocional”.