

El proyecto ELIKUME impulsará estilos de vida saludables y activos en familias de alumnado de escuelas infantiles

El Departamento de Salud financia esta iniciativa con el fin de mejorar la salud desde los primeros años de vida, a la vez que evita el sobrepeso y obesidad en población infantil

Lunes, 23 de octubre de 2023



 Dos menores que participan en el programa

El proyecto ELIKUME ha comenzado este mes de octubre con el objetivo de conocer los hábitos dietéticos y el estado nutricional de los niños y niñas que acuden a las escuelas infantiles municipales de Pamplona / Iruña, que ya cuentan con menús saludables y sostenibles.

Se trata de una iniciativa financiada por el Departamento de Salud del Gobierno de Navarra, a través de su convocatoria "Proyectos de Investigación en Ciencias de la Salud 2022", y que trabaja bajo la hipótesis de que la formación y sensibilización ofertada a familias contribuirá a reducir la tasa de sobrepeso y obesidad infantil y a mejorar la salud de nuestra sociedad.

En concreto, ELIKUME desarrollará un programa de intervención que involucrará a las familias del alumnado de entre 18 y 36 meses de las escuelas infantiles municipales de Pamplona durante el actual curso escolar (2023-2024) y el próximo (2024-2025). A las familias participantes se les realizará una evaluación inicial y otra al finalizar el programa, y tendrán acceso a una formación online diseñada en exclusiva para el proyecto sobre hábitos de vida saludable y estilos de vida activos que incluye, entre otros, talleres de cocina. Esta formación, voluntaria y sin ningún coste, puede influir positivamente en la salud de los niños y niñas desde la infancia y a lo largo de su vida.

Las personas interesadas en participar pueden registrarse a través de la web del proyecto, www.elikume.com, donde además se puede encontrar más información sobre el mismo.

El equipo investigador está compuesto por profesionales de la Asociación Navarra de Pediatría, el organismo autónomo "Escuelas Infantiles Municipales de Pamplona", y la Universidad Pública de Navarra (Facultad de Ciencias de la Salud), con la colaboración del Instituto de Investigación Sanitaria de Navarra (IdiSNA) y el centro de investigación biomédica Navarrabiomed.

El proyecto está liderado por Eurne Ciriza, pediatra del Centro de Salud de Ansoáin / Antsoain, en colaboración con las nutricionistas Izaskun Berasategi (nutricionista de las escuelas infantiles municipales de Pamplona), Isabel Juániz (nutricionista e investigadora del proyecto) y María Medrano (educadora física e investigadora y profesora de la Universidad Pública de Navarra).

Antecedentes y enfoque de la investigación

La iniciativa surge a partir del proyecto **HEMENGOAK**, desarrollado por el Ayuntamiento de Pamplona entre los años 2016 y 2019, que consiguió implantar en las escuelas infantiles de Pamplona menús saludables, elaborados a partir de productos de calidad sostenibles, ecológicos, frescos, de temporada y adquiridos a los productores y productoras de proximidad.

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud declara prioritario promover el acceso a dietas más saludables y la promoción de estilos de vida más activos y menos sedentarios, tanto en la familia como en la escuela, desde edades tempranas. Por este motivo, la formación de las familias que acuden a estas escuelas podría ayudar a mejorar la alimentación y los estilos de vida fuera de las escuelas, contribuyendo a mejorar la salud de la población infantil de manera más global.

Según explica Edurne Ciriza, “aprovechar la gran implicación de las familias en esta etapa de la vida de sus hijos e hijas y su relación cercana con el centro escolar es una oportunidad para implementar los conocimientos y las habilidades necesarias que ayuden a desarrollar hábitos saludables en toda la familia, también fuera de la escuela”.

Para poder llevar a cabo dicho programa de educación nutricional se ha desarrollado una formación específica a familias a través de una plataforma online. Dicha formación cuenta con diferentes temas y contenidos sobre alimentación saludable (como compra saludable y sostenible alimentación en la escuela y en los hogares, talleres de cocina), actividad física, así como diferentes recursos (vídeos, recetas, entradas de blog resolviendo dudas comunes) para trabajar en casa.

Esta investigación dará apoyo a otras iniciativas similares para seguir adecuando los menús escolares a dietas saludables y sostenibles y promover acciones conjuntas por parte de los sectores de alimentación, educación y salud para favorecer estilos de vida saludables en nuestra sociedad. Si se demuestra que la implantación de estos menús y la puesta en marcha de actuaciones educativas nutricionales tienen capacidad de mejorar la actitud de las familias en relación con la alimentación de los niños y niñas, su adherencia a la dieta mediterránea, y de disminuir el riesgo de sobrepeso y obesidad, el estudio podría servir como base para diseñar un abordaje integral de promoción de hábitos saludables, contribuyendo así a mejorar la salud de la población infantil y sus familias.



 Una de las actividades del programa



 El programa fomenta los menús saludables