

LA FUNDACIÓN ALIMENTUM PRESENTA EL CALENDARIO 2010 DE BUENOS HÁBITOS ALIMENTARIOS

- El objetivo de este material lúdico-educativo sigue siendo, como desde su primera edición en 2007, favorecer el desarrollo de hábitos de vida saludables entre la población infantil

Madrid, 26 de noviembre de 2009.– El 17% de la población adulta en España padece obesidad, una enfermedad que en los últimos años también se ha incrementado de forma alarmante en niños y adolescentes (13,9%) como consecuencia de una alimentación inadecuada y un acusado sedentarismo.

De hecho, según los últimos datos disponibles, en comparación con el resto de países de Europa, España presenta una de las cifras más altas en el porcentaje de niños obesos, sólo superada por Italia, Malta y Grecia. Además, el 12,4% de la población española infantil y juvenil tiene sobrepeso, especialmente en el grupo de edad entre los 6 y los 12 años.

La Fundación Alimentum, consciente de esta realidad, ha apostado un año más por elaborar y distribuir una nueva edición del Calendario de Buenos Hábitos Alimentarios. “La educación nutricional es fundamental para prevenir la obesidad, tanto en niños como en adultos. Los primeros años de vida son los mejores para inculcar hábitos de estilos de vida saludable y, por eso queremos implicar a los adultos en esta labor”, explica la directora de la Fundación Alimentum, Carmen Cobián.

Así, como medida de educación nutricional, a través de este Calendario se forma e informa a los segmentos de población infantil para que aprendan nociones básicas de alimentación y hábitos de vida saludable, se familiaricen con los términos relacionados con la nutrición, comprendan su significado y tomen conciencia de lo importante que es seguir una alimentación adecuada y realizar habitualmente actividad física.

Esta iniciativa, desarrollada por la Fundación Alimentum, forma parte de las acciones recogidas en el marco del Convenio específico de colaboración suscrito por el Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino (MARM) y la Federación de las Industrias de Alimentación y Bebidas (FIAB) para 2009.

Calendario 2010

El Calendario 2010 de Buenos Hábitos Alimentarios mantiene, en líneas generales, la estructura de la edición anterior distribuida en 7 secciones: Consejo del mes, apunte para llevar una vida sana y adquirir unos correctos hábitos alimentarios; Ilustración, caricatura divertida y humorística sobre el consejo del mes con una frase explicativa;

Sabías que..., nota curiosa y de interés relacionada con el consejo del mes; Manos a la obra, propuesta para contribuir a la adquisición de unos buenos hábitos; Adivinanza/chiste relacionado con el contenido del Calendario; y Receta Gastronómica, en cuya elaboración pueden participar los más pequeños de la casa.

Además, se ha reforzado el mensaje de la no existencia de alimentos buenos y malos; la necesidad de mantener una dieta variada y equilibrada; la idoneidad de disfrutar del tiempo de ocio al aire libre en compañía de familiares y/o amigos; y la importancia de la participación en las tareas domésticas, entre otros. “Con esta iniciativa queremos transmitir la idea de: Alimentación variada y equilibrada + actividad física regular = salud”, señaló Carmen Cobián.

La acogida de este material, que va ya por su cuarta edición, es cada vez mayor, no sólo entre los más pequeños de la casa, sino también entre el colectivo de padres, educadores y profesionales sanitarios.

Por otro lado, la ilustración que protagoniza la portada es una adaptación, respetando la línea gráfica del calendario, del dibujo ganador del primer accésit del I Concurso de Dibujo ‘¿Qué es para ti una vida saludable?’, organizado en el marco del Calendario 2009 de Buenos Hábitos Alimentarios.

El Calendario 2010 recoge la convocatoria de la segunda edición de este galardón. Con este concurso se pretende involucrar a los profesores de educación primaria. El premio está dotado con 3.000 euros que se distribuirán entre un primer premio y dos accésit para financiar proyectos que promuevan estilos de vida saludable desde los centros educativos.

Para más información:

Eugenia Garrido
Dpto. Comunicación