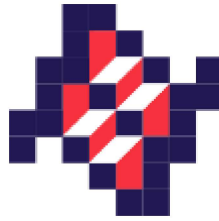


El Instituto Nacional de Salud Pública..... es referencia obligada para diseñar y evaluar políticas públicas en salud



Instituto Nacional
de Salud Pública

- [El Instituto](#)
 - [Director General](#)
 - [¿Quiénes somos?](#)
 - [Misión y visión](#)
 - [Ideario](#)
 - [Valores](#)
 - [Cuerpo directivo](#)
 - [Ubicación](#)
 - [Organigrama](#)
 - [Galería fotográfica](#)
 - [Galería de videos](#)
 - [Actividades del Director General](#)
 - [Consejo Técnico](#)
- [Centros](#)
 - [Investigación en Salud Poblacional](#)
 - [Investigación en Sistemas de Salud](#)
 - [Investigación en Nutrición y Salud](#)
 - [Investigación sobre Enfermedades Infecciosas](#)
 - [Investigación en Evaluación y Encuestas](#)
 - [Regional de Investigación en Salud Pública](#)
 - [Información para Decisiones en Salud Pública](#)
- [Información académica](#)
 - [Oferta académica](#)
 - [Estudiantes](#)
 - [Docentes](#)
 - [Egresados](#)
 - [Movilidad académica](#)
 - [Secretaría Académica](#)
- [Investigación](#)
 - [Prevención y control de cáncer](#)
 - [Salud y grupos vulnerables](#)
 - [Prevención y control de enfermedades transmitidas por vector](#)
 - [Prevención y control de tuberculosis](#)
 - [Salud ambiental](#)
 - [Prevención de lesiones y violencia](#)
 - [Salud sexual y prevención de sida e ITS](#)
 - [Promoción de estilos de vida saludables](#)
 - [Medicamentos en salud pública: acceso, uso y resistencia antimicrobiana](#)
 - [Recursos humanos en salud](#)
 - [Protección social en salud](#)
 - [Evaluación de programas y políticas de salud](#)
 - [Obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares](#)
 - [Desnutrición](#)
 - [Salud reproductiva](#)
 - [Vacunas](#)
- [Producción editorial](#)
 - [Bienvenida Comunicación Científica y Publicaciones](#)

- [Novedades editoriales](#)
- [Publicaciones anteriores](#)
- [Priorización de acciones para reducir la diabetes en México](#)
- [Contacto](#)
- [Planeación estratégica](#)
 - [Programas institucionales](#)
 - [Informes institucionales](#)
 - [Balanced Scorecard \(BSC\)](#)
 - [Desarrollo organizacional](#)
 - [Documentos de interés](#)
 - [Auditorías al Desempeño Institucional ASF](#)
 - [Contacto con medios de comunicación](#)
- [Transparencia](#)
 - [Normatividad en Transparencia](#)
 - [Acceso a la información](#)
 - [Obligaciones de Transparencia](#)
 - [Transparencia Focalizada](#)
 - [Participación ciudadana](#)
 - [Indicadores de Programas Presupuestarios](#)
 - [Recomendaciones](#)
 - [Estudios Financiados con Recursos Públicos](#)
 - [Planes, Programas e Informes](#)
- [Inicio](#)Inicio
- [Directorio](#)Directorio
- [Contacto](#)Contacto
- [Buscador](#)Buscador
- [Mapa del Sitio](#)Mapa del Sitio
- [RSS](#)RSS
- [English](#)English
- [Intranet](#)Intranet

-
- [Inicio](#)
- [Evidencia para la política pública y prevención de obesidad](#)
- [Artículos sobre nutrición y enfermedades crónicas](#)
- Lecciones para prevenir la obesidad infantil

Lecciones para prevenir la obesidad infantil

- [Twitter](#)
-
- [Compartir](#)
- Me gusta
- Trabajo colaborativo entre comunidad, escuela y autoridades: clave para reducir la obesidad infantil en México

La promoción de una alimentación saludable y actividad física en niños y niñas de 6 a 10 años dentro de las escuelas, podría contribuir a la prevención del sobrepeso y obesidad, así lo demostró un estudio desarrollado en Tlaltizapán, Morelos, por los institutos nacionales de Salud Pública (INSP) y de Pediatría (INP), en colaboración con el Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos de Chile (INTA).

El estudio se centró en promover hábitos de alimentación saludable y actividad física tanto en las escuelas como en el entorno comunitario, logrando una amplia participación de las familias y una estrecha

colaboración de las autoridades municipales, educativas y de salud de la comunidad.

Padres de familia, alumnos, profesores, directivos y vendedores de alimentos en las escuelas participaron en talleres y actividades prácticas de capacitación, concientización y promoción, con el objetivo de aumentar la actividad física, la disponibilidad y consumo de verduras, frutas, alimentos saludables y agua, así como reducir la disponibilidad y consumo de alimentos y bebidas cuya venta está restringida por los lineamientos escolares establecidos en 2011 por las Secretarías de Educación y de Salud.

Las actividades de promoción contaron con amplia participación de madres de familia, quienes realizaron concursos sobre recetas saludables, lograron la impresión de un recetario de los platillos locales más saludables, la difusión de estas acciones en programas de radio y desarrollaron múltiples actividades lúdicas con la participación de los menores. Estas acciones tuvieron un gran impacto en el empoderamiento de los Consejos Escolares de Participación Social, conformados principalmente por madres y padres de familia comprometidos con la salud de sus hijos, beneficiando a las más de 760 familias de las escuelas de nivel primaria de la localidad.

Los resultados obtenidos por el estudio fueron muy alentadores y se reflejaron en un incremento significativo de la condición física de los niños en velocidad y resistencia, gracias a la mejora en la calidad de las clases de educación física, la práctica cotidiana de activación física y la implementación de recreos activos.

Entre los resultados sobre actividad física se encuentran:

- Las clases de educación física aumentaron alrededor de 15 minutos de duración.
- La actividad física moderada y vigorosa en dichas clases aumentó 16 minutos en promedio.
- En escuelas de tiempo completo se logró incrementar en 2 660 el número de pasos de los niños durante la jornada escolar, y en 531 pasos en las escuelas de horario regular.

Respecto a la promoción de la alimentación saludable, algunos de los logros fueron:

- Una disminución importante en el consumo, durante el periodo escolar de alimentos y bebidas restringidas por los lineamientos escolares.
- Se redujo en 86% el consumo de botanas dulces compradas en la escuela durante el recreo, como galletas, pastelillos, dulces, chocolates, etc.
- Disminuyó en 72% el consumo de alimentos fritos comprados en la escuela.

El estudio se diseñó tomando en cuenta la experiencia del Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos de Chile (INTA), institución que ha aplicado programas de promoción de alimentación saludable y actividad física en escuelas de Chile, con excelentes resultados y reconocimiento internacional. Considerando estos logros, el estudio se llevó a cabo del 2011 al 2013 bajo el liderazgo del Dr. Juan Ángel Rivera Dommarco, director del Centro de Investigación en Nutrición y Salud del INSP y del Mtro. Héctor Ávila Rosas, jefe del Departamento de Investigación en Epidemiología del INP; y con la participación de un equipo de enfermeras, profesores de educación física, nutriólogas, psicólogos y médicos coordinados por la Mtra. Jessica Moreno Saracho, investigadora del INSP.

La investigación realizada en Tlaltizapán mostró la complejidad del problema que representa la obesidad y sus resultados aportan evidencia útil para la promoción de la alimentación saludable y la actividad física en escolares, y brindan bases para proponer estrategias para reducir la prevalencia de obesidad infantil con el trabajo colaborativo entre la comunidad, la escuela y las autoridades.

“Estamos contentos con los resultados que se lograron gracias a la participación de las madres de familia, maestros, directores y equipos de los institutos de salud que participamos. Esta experiencia nos enseñó muchas lecciones que pueden ser de utilidad para mejorar la implementación de las regulaciones de alimentos y la promoción de actividad física en las escuelas, para mejorar la nutrición de los niños.” puntualizó el Dr. Juan Rivera Dommarco durante la presentación de los resultados del estudio.

Para más información sobre el estudio favor de contactar a:

- Dr. Juan Rivera Dommarco
Tel: (777) 311-2219 / correo: [Esta dirección de correo electrónico está siendo protegida contra los](#)

[robots de spam. Necesita tener JavaScript habilitado para poder verlo.">jrivera@insp.mx](#)

- *Dr. Héctor Ávila Rosas*

Tel: (55) 1084-5519 / correo: [Esta dirección de correo electrónico está siendo protegida contra los robots de spam. Necesita tener JavaScript habilitado para poder verlo.">dravilainp@gmail.com](#)

Comentarios

LORENA CARDENAS

20-07-2014 18:56

-3

Felicitarlos por esta investigación y deseo si tienen algun programa para iniciarlo en una clinica medica familiar...para iniciar la deteccion y asesosamiento gratuito a los adolencentes entre lo 10 y 14 anos ya que tenemos 40 adolescentes con obesidad y problemamente mas por eso quiero iniciar la deteccion. tengo todo el equipor diciplinario para iniciar. gracias.

[Responder](#) | [Responder con una citación](#) | [Citar](#)

[Refrescar lista de comentarios](#)

[Suscripción de noticias RSS para comentarios de esta entrada.](#)

Escribir un comentario

* Nombre

* Correo electrónico

1000 símbolos

☐ Suscribirse a la notificación de nuevos comentarios

No soy un robot

reCAPTCHA

[Privacidad](#) - [Condiciones](#)

[Enviar](#)

JComments

Última actualización:

Jueves, 17 de Julio de 2014 a las 10:51 por Webmaster INSP

Evidencia para política pública prevención obesidad

- [Bienvenida](#)
- [Artículos sobre nutrición y enfermedades crónicas](#)
- [Recomendaciones Saludables](#)

Sitios de Interés

- [Bienvenida sitios de interés](#)

- [Manual y Protocolo para la Elaboración de Políticas Públicas de Derechos Humanos](#)
- [Cursos Virtuales SSA](#)
- [Decreto que establece las medidas para el uso eficiente, transparente y eficaz de los recursos públicos](#)
- [Visitando el INSP](#)
- [Comité de Ética en Investigación](#)
- [Eco-INSP](#)
- [Infografías](#)
- [Reacreditación del INSP ante el CEPH](#)
- [ENSANUT](#)
- [Bibliotecas](#)
- [Salud Pública de México](#)
- [Nutrición en Movimiento](#)
- [Criterios Nutricionales para venta y distribución de alimentos](#)
- [Encuestoteca](#)
- [Normateca INSP](#)
- [Cuidando tu salud](#)
- [Evidencia para la política pública y prevención de obesidad](#)
- [Registro de Instituciones y Empresas Colaboradoras](#)
- [IANPHI](#)
- [CONRICyT](#)
- [Asociación de Profesores Investigadores del INSP](#)
- [EcoSaludETV](#)
- [Encuesta Global de Tabaquismo en Adultos, GATS México 2014-15](#)
- [Encuesta Nacional de los Niños, Niñas y Mujeres en México \(ENIM 2015\)](#)
- [Insta la OMS a reducir consumo de azúcar en adultos y niños](#)
- [Programa de Actualización en Salud Pública y Epidemiología](#)
- [CONACYT](#)
- [ALIANZA-INSP](#)

[Únete a Facebook](#)40, 976 seguidores

[Síguenos en Twitter](#)18, 660 seguidores

[Ver en Youtube](#)Suscríbete al canal

[Contáctanos¿Necesitas ayuda?](#)

[Directorio telefónico](#)

El INSP está comprometido en ofrecer resultados de investigación que atiendan problemas relevantes en salud pública

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA, MÉXICO - DERECHOS RESERVADOS © 2015 -
[POLÍTICAS DE PRIVACIDAD](#)

Universidad No. 655 Colonia Santa María Ahuacatitlán, Cerrada Los Pinos y Caminera C.P. 62100, Cuernavaca, Morelos. México. Tel. (777) 329 3000 [Comentarios sobre este Sitio de Internet](#)