

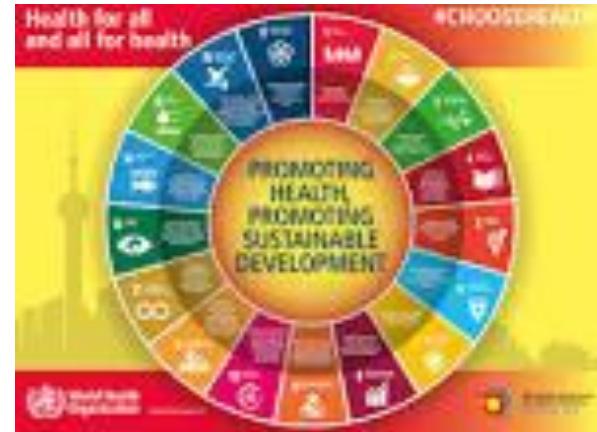


Ya sabemos lo que hay  
que hacer....  
Ahora viene el cómo

**...a lo que vamos:....¿Cual sería un  
buen patrón dietético?**

**¿Cuáles son las repercusiones del aumento en la disponibilidad y la asequibilidad de dietas no saludables para la política pública?**

**¿Cuáles son las intervenciones prioritarias?**



**USDA** United States Department of Agriculture  
Food and Nutrition Service

About FNS | Ask the Expert | Contact Us | Other Languages | En Español

Search

Site Map | Advanced Search | Help | Search Tips | A to Z Map

[f](#) [t](#) [y](#) [e](#) [flickr](#) [r](#)

> Team Nutrition Home

**How To Apply**

- > Become a TN School

**Popular Topics**

- > About Team Nutrition
- > MyPlate
- > Resource Library
- > Resource Order Form
- > HealthierUS School Challenge
- > Graphics Library
- > Training Grants
- > Local Wellness Policy
- > Webinars and Presentations
- > Spanish Materials

**Other Useful Links**

- > Team Up

## Team Nutrition

[Print](#)

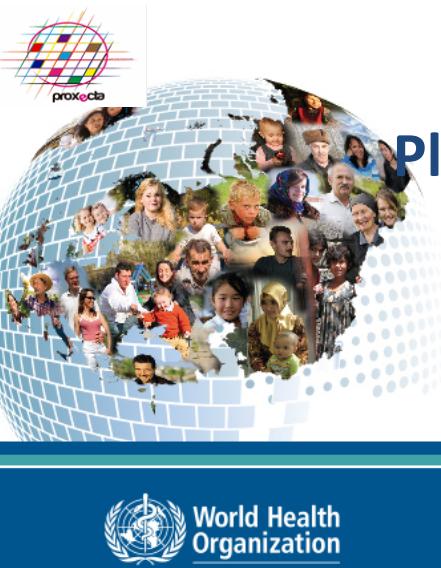
**MyPlate for Kids**

Free songs, posters, lessons, books, handouts, and more.

6 / 7

**TEAM NUTRITION**

Team Nutrition is an initiative of the USDA Food and Nutrition Service to support the Child Nutrition Programs through training and technical assistance for foodservice, nutrition education for children and their caregivers, and school and community support for healthy eating and physical activity.



# Plan de ACCIÓN Europeo sobre alimentación y nutrición 2015-2020

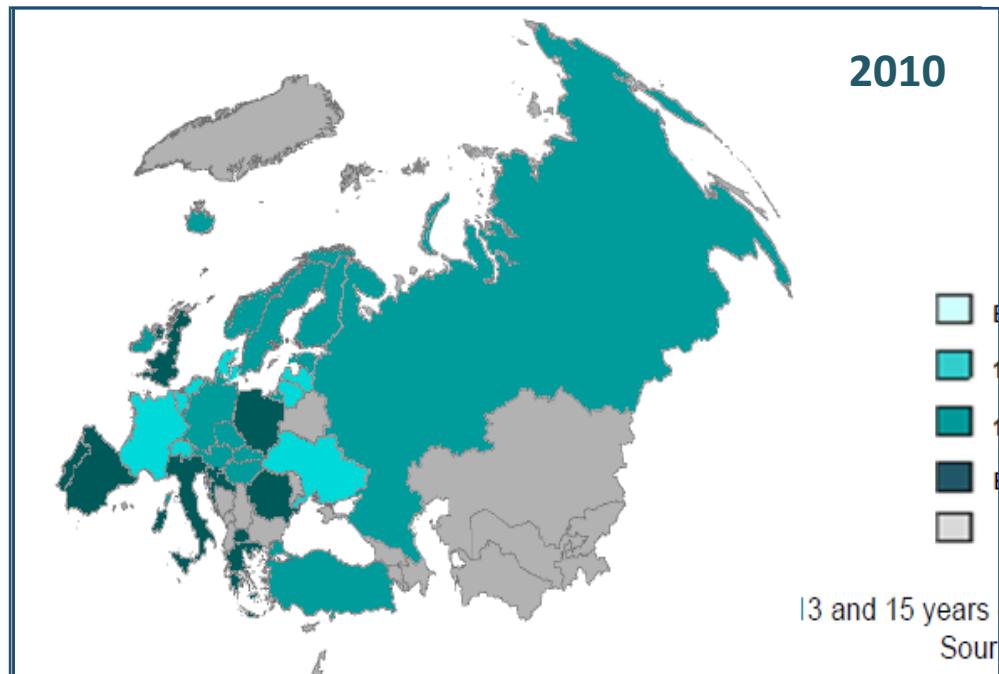


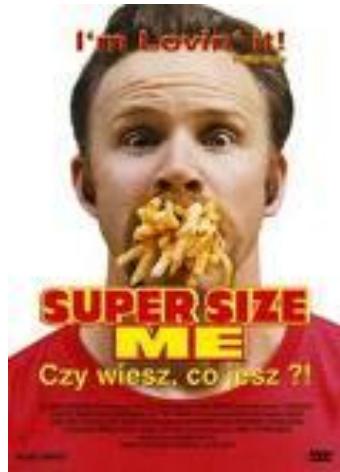
## ¡Desafío importante: Niños y adolescentes!

Resultados Health Behaviour in school-aged children (2009-2010)

- Comportamientos en relación con la salud: todos empeoran
- Sobrepeso y obesidad: aumento en todos
- Desayuno: decreciente en niños y niñas
- Fruta: decreciente en niños y niñas
- Actividad física: baja en niños y niñas

Prevalencia de  
sobrepeso en niños y  
adolescentes





## Industrialización de la cadena alimentaria Dieta más energética Obesidad

Consumo de azúcares refinados x 50  
Contenido de grasa de la dieta de 20 a 40%  
Consumo de sal actual: 9 a 12 g diarios  
(recomendado 5 g)



1.700 millones de personas sobrepeso  
500 millones obesos  
43 millones niños preescolares con sobrepeso y  
obesos en 2010.

Mercedes de Onis. Global prevalence and trends of overweight and obesity among preschool children. American Journal of Clinical Nutrition 2010;92:1257-64.





El “qué”

## 1 La reducción de sal

Es una excelente opción para la prevención de las ENT si se reduce la ingesta de sal a los niveles recomendados, se podría evitar hasta dos millones y medio de muertes causadas por ataques y ACV en todo el mundo.

2

## La sustitución de los ácidos grasos trans por grasas no saturadas en la dieta.

Las prohibiciones y las restricciones más costoeficaces

Los  
“cómo”

3

## Las estrategias de comunicación e información

son esenciales para las campañas de promoción de las dietas saludables. Es necesaria una información nutritiva adecuada, por ejemplo, el etiquetado de los alimentos.

4

## La reducción en el mercado de alimentos y bebidas no alcohólicas para niños

con altos contenidos en sal, grasas y de azúcares. También es una medida costo eficaz para disminuir las ENT. La publicidad televisiva es en su mayoría irresponsable.

Los  
“cómo”

5

Participación de diversos sectores que incluyan el de la salud, la agricultura, el comercio, la educación y la asistencia social

6

## Intervenciones dirigidas a las etapas tempranas de vida

7

Disminución de la carga tributaria, los subsidios de precios y los incentivos a la producción.

Los  
“cómo”

1 Reducir 40%  
o retraso no medro  
nos < 5 anos

2 Reducir 50%  
a anemia en mulleres  
en idade reproductiva

3 Reducir 30% o  
baixo peso ao nacer

4 Frenar a tendencia do  
sobre peso infantil

5 Aumentar a lactancia  
materna exclusiva nos  
primeiros



Organización  
Mundial de la Salud

# METAS GLBALES 2025



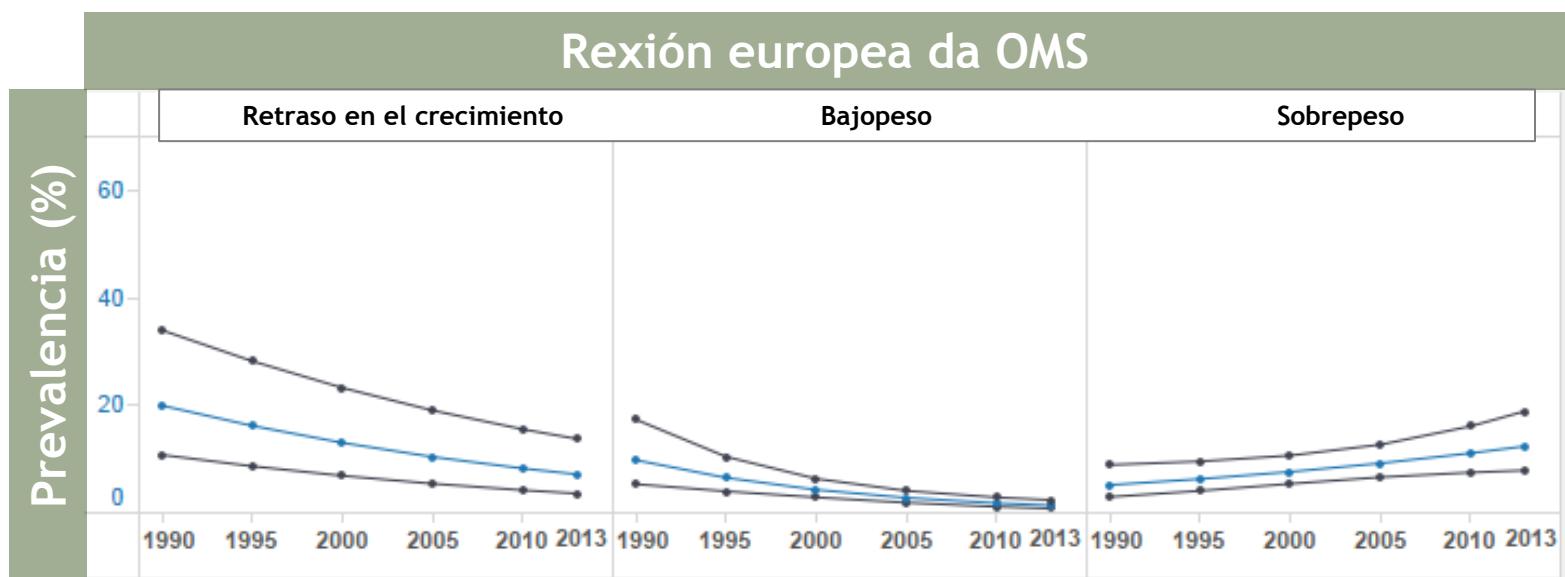
Para mejorar la nutrición materna,  
del lactante y del niño pequeño



### Frenar la tendencia ascendente desobrepeso infantil

## OMS

O aumento do sobrepeso e a obesidade en todo o mundo é un dos principais desafíos para a saúde pública. Persoas de todas as edades e condicións sufren este tipo de malnutrición, a consecuencia da cal están aumentando incluso nos países en desenvolvemento, as taxas de diabete e doutras enfermidades relacionadas coa dieta.



## MARCO NORMATIVO



The screenshot shows the official website for the CIN2 conference. At the top, the FAO logo and the text "Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura" are visible. A search bar with "Google Custom Search" and a magnifying glass icon is on the right. Below the header, there are links for "Acerca de", "En acción", "Países", "Temas", "Medios", "Publicaciones", "Estadísticas", and "Asociaciones". Language options include Arabic, Chinese, English, French, Russian, and Spanish. The main title "CIN2 Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición" is prominently displayed, followed by the subtitle "mejor nutrición mejor vida". The date "19-21 de noviembre de 2014, Roma, Italia" is mentioned. Logos for FAO and WHO are present. A navigation menu at the bottom includes "Antecedentes", "Actores no estatales", "Documentos", "Preparativos", "Noticias", and "FAQs". Below the menu is a large photo of Pope Francis speaking at the podium, with many delegates seated at long tables in the background. At the bottom, there is a collage of various food guides from different countries, including Canada, Finland, Australia, and Japan.

Presentación del nuevo sitio web sobre directrices dietéticas

### 2ª Conferencia Internacional de Nutrición Roma 2014

“As políticas de nutrición deberían promover unha alimentación diversificada, equilibrada e saudable en todas as etapas da vida. En particular, debería prestarse especial atención aos primeiros 1 000 días, e ademáis...”deberían fomentarse **dietas saudables nos centros preescolares e escolares**, as institucións públicas, os lugares de traballo e os fogares, así como unha alimentación sá por parte das familias”.

“...Para mellorar a nutrición é preciso ofrecer dietas **saudables e equilibradas, incluidas as tradicionais, que satisfagan as necesidades nutricionais de todos os grupos de idade e que eviten o consumo excesivo de graxas saturadas, azúcares, sal e graxas trans, entre outras”.**

7% do custo sanitario para enfermidades relacionadas coa obesidade.

Particularmente severo nas primeiras décadas da vida, polas súas comorbilidades asociadas e o elevado custo humán, económico e social

Dende a década dos 80 a prevalencia triplicouse na maioría dos países europeos

O estilo de vida é o principal motor para o cambio da tendencia

## EU Plan de acción para a Obesidade infantil 2014-2020

1.1 Childhood obesity rates at a worrying trend .....	2
1.2 Health effects of childhood obesity, poor diet and physical inactivity .....	3
1.3 Multi-dimensional aspects of obesity .....	3
1.4 The Strategy for Europe on Nutrition, Overweight and Obesity-related Health issues .....	5
1.5 Childhood obesity as a focus .....	6
1.6 The support for an EU-wide action plan on childhood obesity .....	7
2. The Action Plan on Childhood Obesity .....	8
2.1 Objective .....	8
2.2 Main actors and competences .....	8
2.3 Areas for action .....	10
2.3.1 Support a healthy start in life .....	11
2.3.2 Promote healthier environments, especially in schools and pre-schools .....	12
2.3.3 Make the healthy option the easier option .....	13
2.3.4 Restrict marketing and advertising to children .....	15
2.3.5 Inform and empower families .....	16
2.3.6 Encourage physical activity .....	17
2.3.7 Monitor and evaluate .....	18
2.3.8 Increase research .....	19
2.4 Overarching actions .....	20
3. Actions to address childhood obesity .....	21
3.1. Areas for Action .....	22
3.2 Actions on childhood obesity by members of the EU Platform .....	62
Annex 1 .....	63
Annex 2 .....	64



## Estratexia NAOS 2005

**Lei 17/2011 de seguridade alimentaria e nutrición.** Capítulo VII artigo 40.3, “*Las autoridades competentes velarán para que las comidas servidas en escuelas infantiles y centros escolares sean variadas, equilibradas y estén adaptadas a las necesidades nutricionales de cada grupo de edad*”



A Lei 8/2008, do 10 de xullo, de saúde de Galicia “...o establecemento de estándares e medidas de promoción de estilos de vida saudables e de prevención, en especial as de carácter intersectorial, é unha das súas competencias”.

## Plan de Prioridades Sanitarias 2011-2014

## Plan XERMOLA 2013 – 2018: Plan para a prevención da obesidade infantil en Galicia



EUROPEAN COMMISSION



Plan de prevención da obesidade infantil en galicia

Food Standards Agency food.gov.uk

The Food Hygiene Rating Scheme 'staycation' toolkit  
*'The recipe for a great meal out'*

**FRENCH KIDS**  
• • EAT • •  
**EVERYTHING**

How our family moved to France, cured picky eating, banned snacking, and discovered 10 simple rules for raising happy, healthy eaters

HEPS supports schools and families

**HEPS Guidelines**  
Guidelines on promoting healthy eating and physical activity in schools

EUR/03/5045414  
E79832

WHO EUROPE

Food based dietary guidelines  
in the WHO European Region

Nutrition and Food Security Programme  
WHO Regional Office for Europe  
Scheffsgade 8, 2100 Copenhagen  
Denmark

**Cool Food Planet**

**FARM LAND**

Here in Farm Land we will find out about different types of farms and how they produce food for you to buy. It will give you a few shopping tips too!

**Foodie Facts**

The 'holes' in a loaf of bread are made by bits of carbon dioxide getting in the dough and then bursting.

- Roast potato
- Crisps
- Jacket potato
- Hash browns
- Boiled
- Mashed

**Vote!!!**  
What is your favourite way of eating potatoes?

**Match the food**

**Grow your own**

**Teachers' Centre**



# Plan galego para a prevención da obesidade infantil



## Enfermedades crónicas en Galicia

Sobrepeso (%)			Obesidad (%)		
V	M	T	V	M	T
50,1	34,3	41,9	21,5	25	23,3

IMC	18-39 a.		40-59 a.		≥ 60 a.	
	♂	♀	♂	♀	♂	♀
Normopeso (18,5-24,9)	43,5	58,8	22,7	37,4	12,4	21,2
Sobrepeso (25-29,9)	42,7	25,7	52,6	37,4	57,5	40,6
Obesidad G1 (30-34,9)	10,8	10,1	19,6	18,1	24,5	25,7
Obesidad G2 (35-39,9)	1,9	1,8	3,6	4,6	4,3	9,0
Obesidad G3 (>40)	,3	1,1	1,3	1,8	1,2	3,1

Fuente: Enquisa hábitos alimentarios da poboación adulta galega (>18 anos) (EHAPAG). 2007

## PREVALENCIA OBESIDADE EN ESCOLARES DE 6-15 ANOS DE GALICIA. ESTUDIO 2013

	Rapaces			Rapazas			Todos		
	%	IC95%		%	IC95%		%	IC95%	
<b>Global (6-15 anos)</b>									
Baixo peso	<b>3,3</b>	2,6	4,0	<b>3,7</b>	3,0	4,3	<b>3,5</b>	3,0	4,0
Peso normal	<b>63,6</b>	61,9	65,2	<b>63,3</b>	61,3	65,2	<b>63,4</b>	62,1	64,8
Sobrepeso	<b>24,0</b>	22,5	25,5	<b>25,8</b>	24,2	27,5	<b>24,9</b>	23,7	26,1
Obesidade	<b>9,2</b>	8,2	10,2	<b>7,3</b>	6,1	8,4	<b>8,2</b>	7,5	9,0
Obesidad central (1)	<b>26,4</b>	24,6	28,2	<b>25,3</b>	23,3	27,2	<b>25,8</b>	24,4	27,3
Obesidad central (2)	<b>22,0</b>	20,3	23,6	<b>19,5</b>	17,5	21,5	<b>20,8</b>	19,3	22,2
<b>Educación Primaria (6-11 anos)</b>									
Baixo peso	<b>3,5</b>	2,6	4,4	<b>3,1</b>	2,4	3,9	<b>3,3</b>	2,7	3,9
Peso normal	<b>61,9</b>	59,9	63,9	<b>61,5</b>	59,2	63,9	<b>61,7</b>	60,0	63,4
Sobrepeso	<b>24,6</b>	22,7	26,4	<b>26,6</b>	24,4	28,9	<b>25,6</b>	24,0	27,1
Obesidade	<b>10,1</b>	8,8	11,4	<b>8,7</b>	7,1	10,3	<b>9,4</b>	8,4	10,5
Obesidad central (1)	<b>25,6</b>	23,3	28,0	<b>26,3</b>	23,8	28,7	<b>25,9</b>	24,0	27,8
Obesidad central (2)	<b>22,8</b>	20,6	25,1	<b>21,2</b>	18,5	23,9	<b>22,0</b>	20,0	24,0
<b>ESO (12-15 anos)</b>									
Baixo peso	<b>3,0</b>	2,0	4,1	<b>4,6</b>	3,3	5,8	<b>3,8</b>	2,9	4,6
Peso normal	<b>66,3</b>	63,5	69,1	<b>66,0</b>	62,7	69,3	<b>66,2</b>	64,0	68,3
Sobrepeso	<b>23,1</b>	20,5	25,6	<b>24,6</b>	22,0	27,1	<b>23,8</b>	22,0	25,6
Obesidade	<b>7,6</b>	6,2	9,1	<b>4,9</b>	3,5	6,2	<b>6,3</b>	5,3	7,3
Obesidad central (1)	<b>27,6</b>	25,0	30,3	<b>23,7</b>	20,4	26,9	<b>25,7</b>	23,6	27,8
Obesidad central (2)	<b>20,5</b>	18,1	23,0	<b>16,9</b>	14,1	19,7	<b>18,8</b>	16,8	20,7

Obesidade central (1): perímetro de cintura

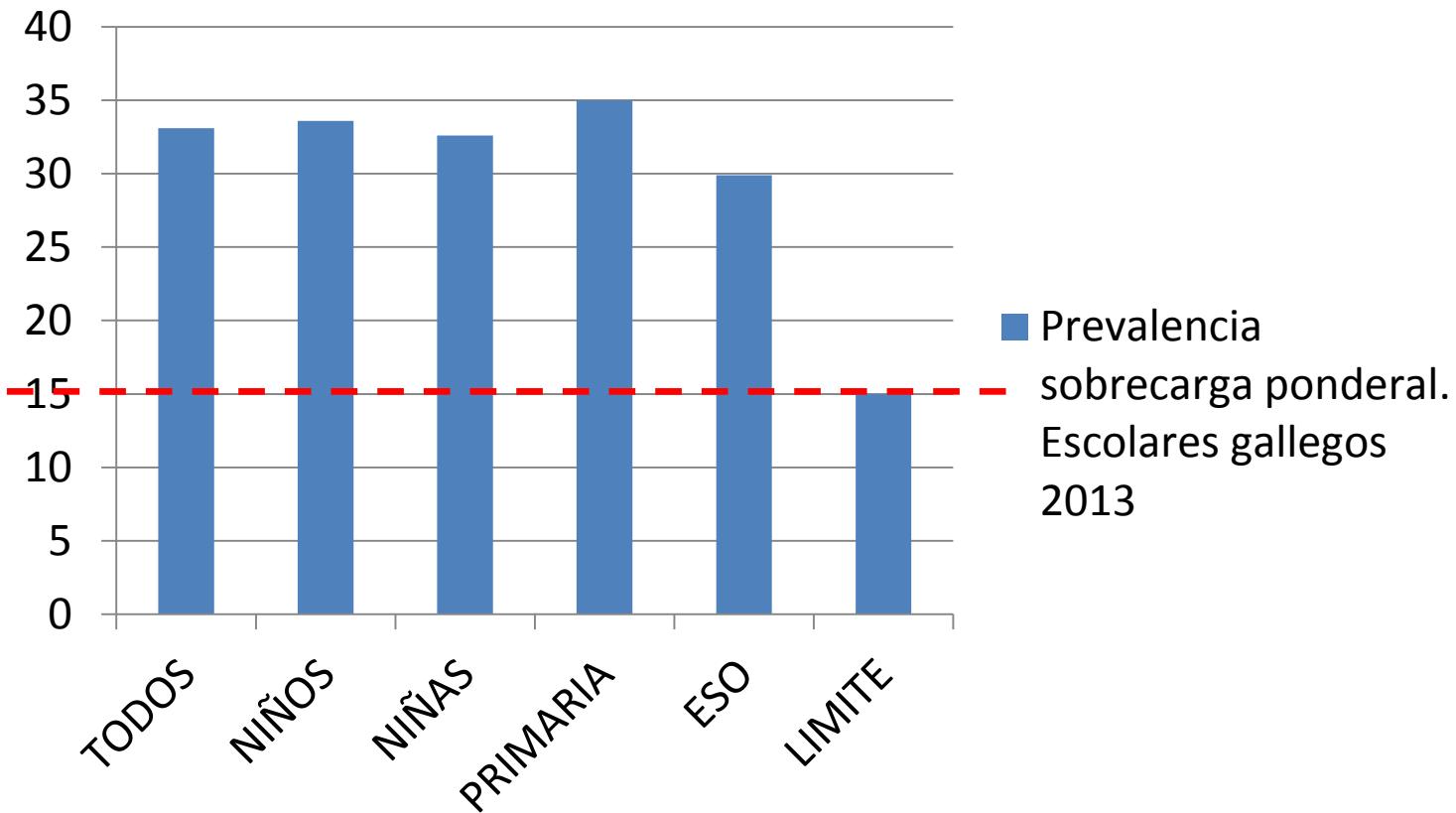
Obesidade central (2): razón cintura/altura

Referencia: Puntos de corte de Cole para valorar o IMC entre os 2 e os 18 anos e a partir da extrapolación dos valores propostos pola OMS para os adultos, e axustando un modelo a partir de percentís de diferentes estudos realizados en diferentes poboacións

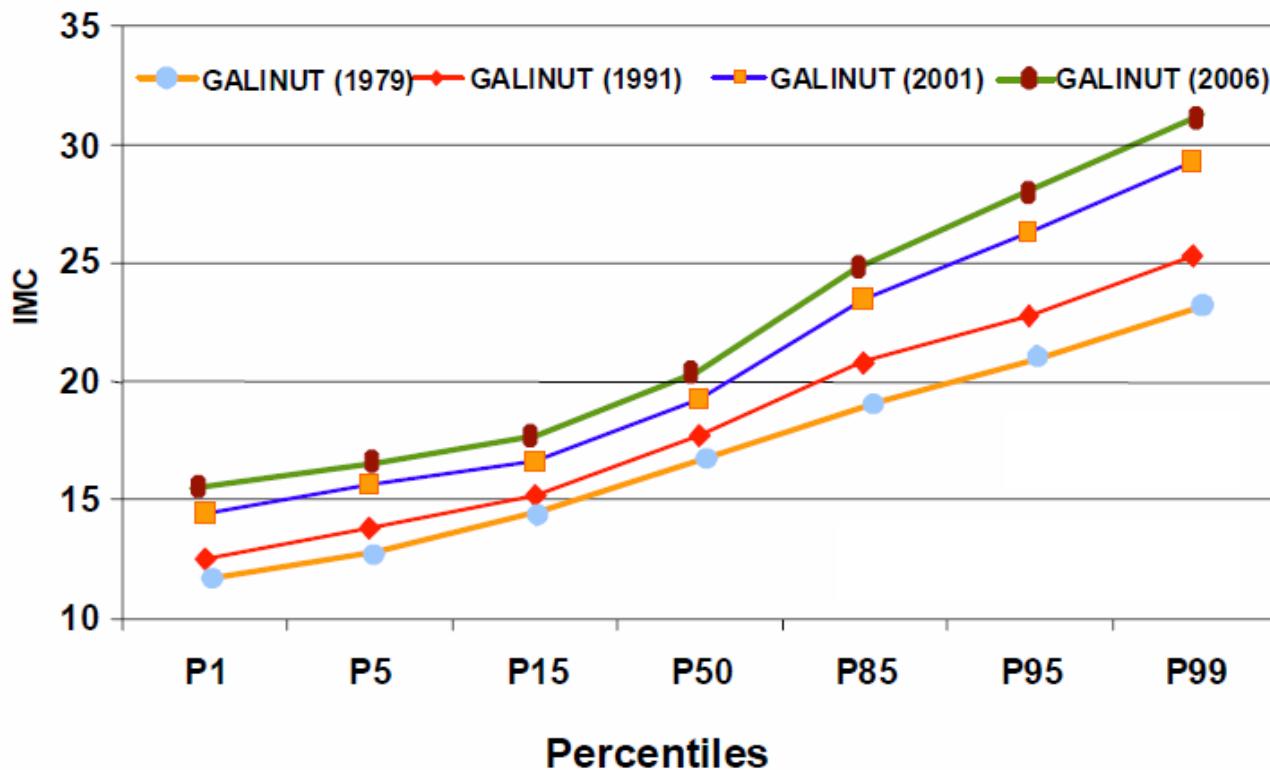
Perímetro de cintura: Taylor

Cintura/talla: Browning .

## Prevalencia sobrecarga ponderal. Escolares gallegos 2013

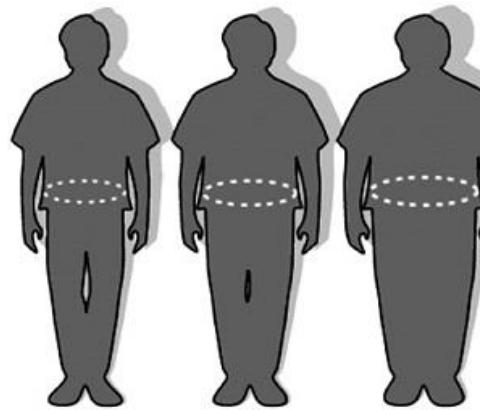


## Evolución de los percentiles del IMC (k/m<sup>2</sup>) en niños de 10 años. 1979-2006. Curva de Gauss progresivamente a la derecha. El Estudio GALINUT

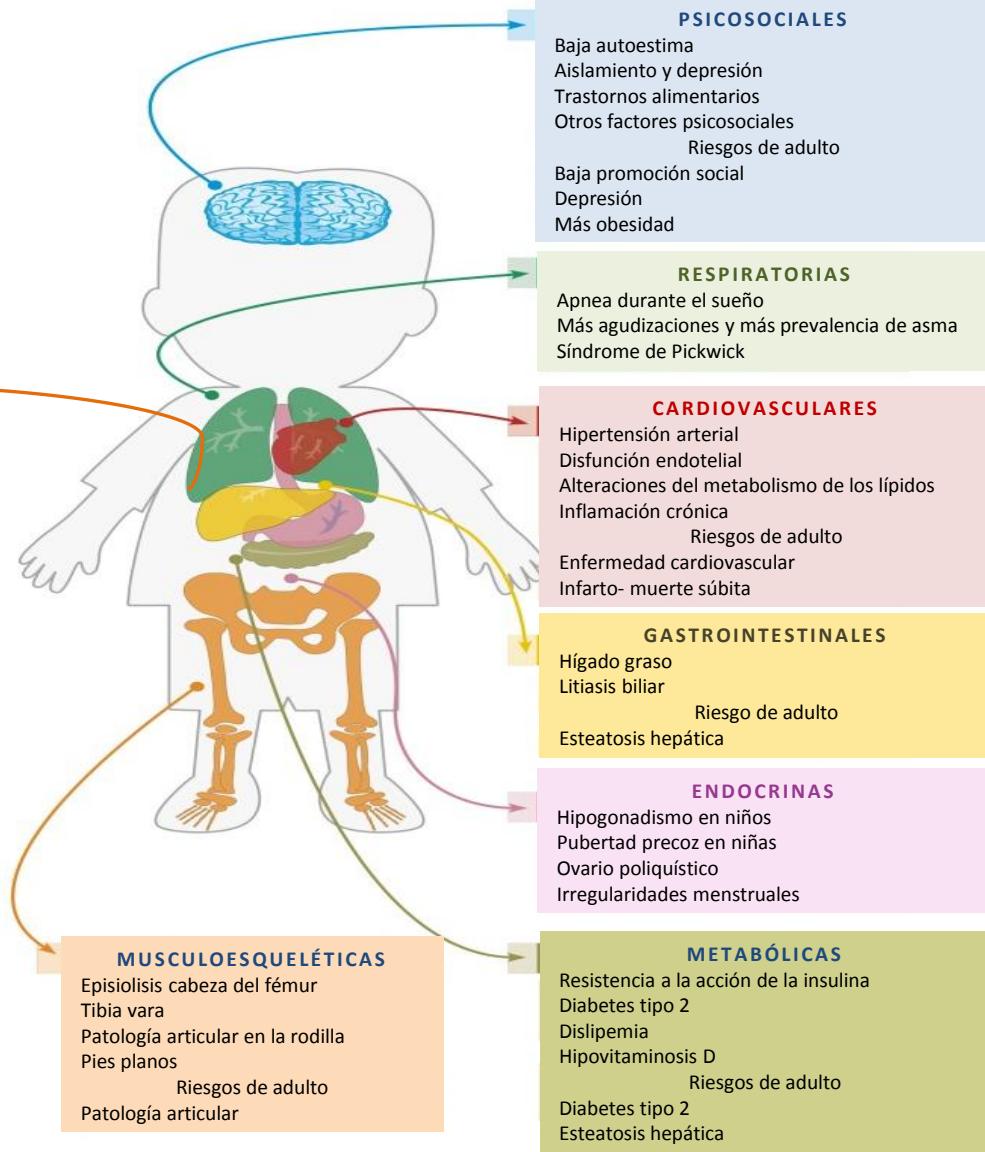


Tojo R, Leis R. Estrategia NAOS 2007, USC-HCU 2007

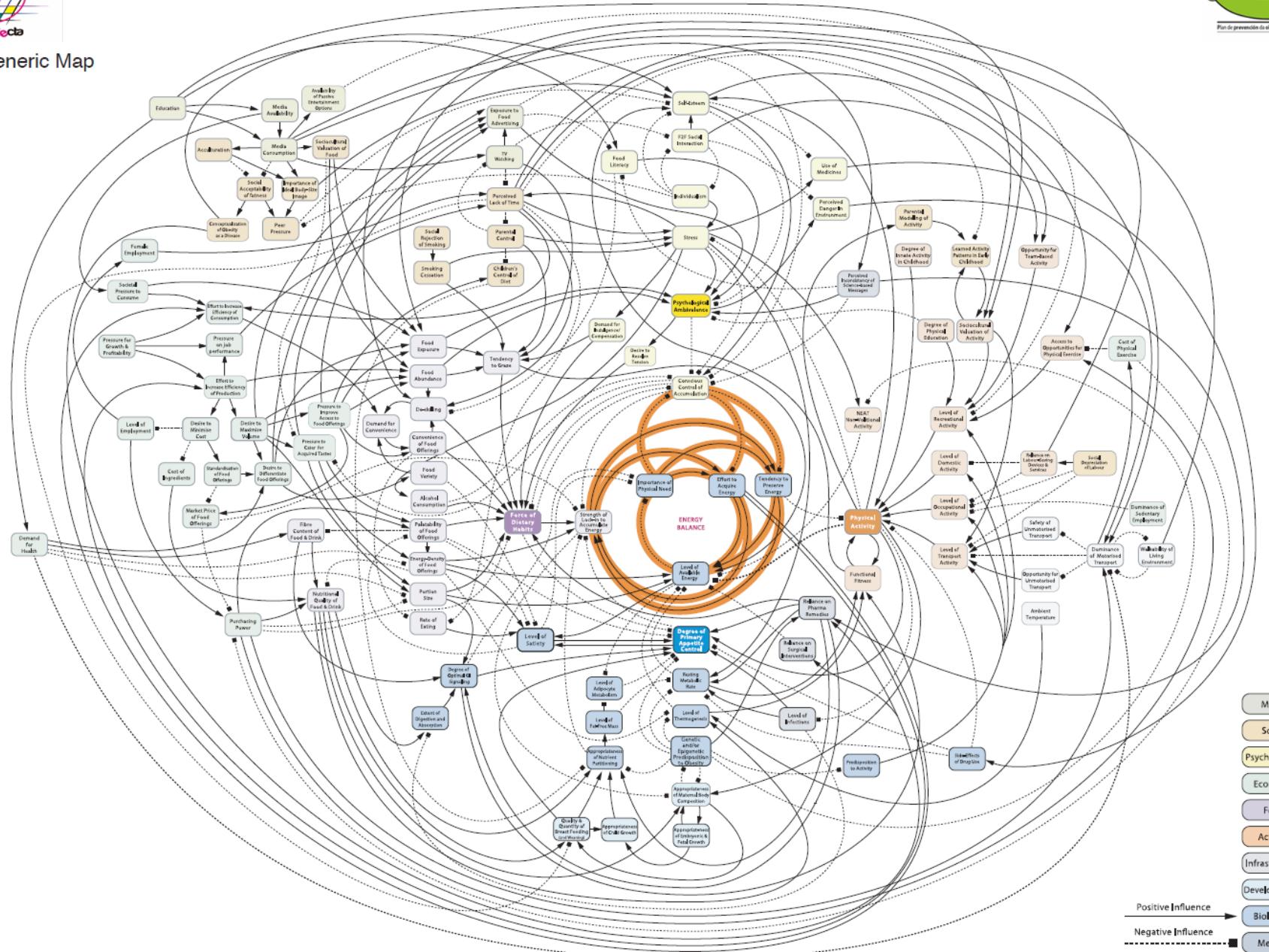
# Obesidad infantil y comorbilidades



## OBESIDAD DE ADULTO



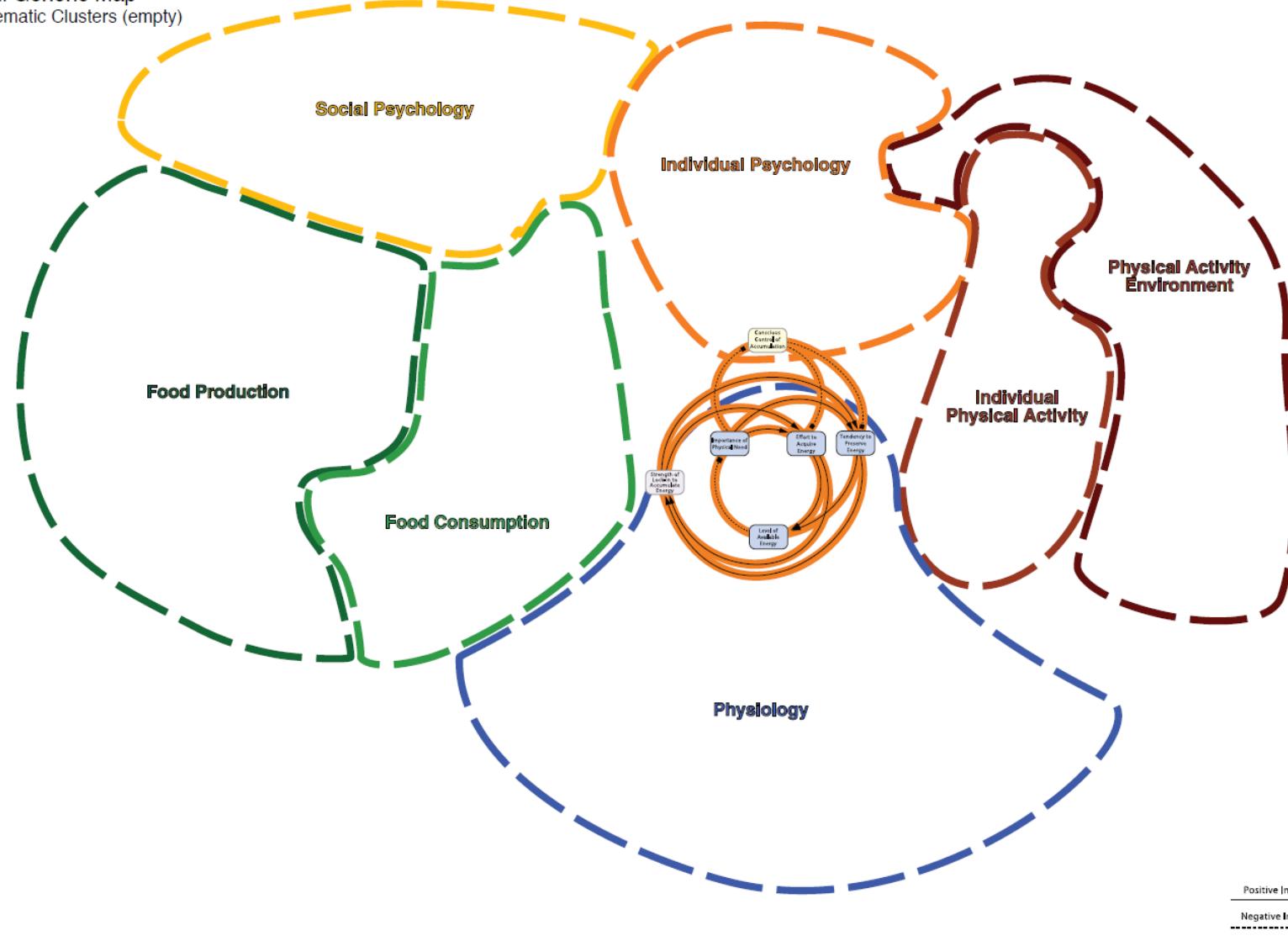
## Full Generic Map



- Media
- Social
- Psychological
- Economic
- Food
- Activity
- Infrastructure
- Developmental
- Biological
- Medical

Positive Influence  
Negative Influence

Full Generic Map  
Thematic Clusters (empty)





**1 PLAN**  
**5 ESTRATEGIAS**  
**10 OBJETIVOS**  
**13 LÍNEAS DE ACCIÓN**  
**32 INTERVENCIONES**

PRIORIZAR  
REDIRIGIR  
PILOTAR  
EVALUAR

OBJETIVOS ESPECÍFICOS		ESTRATEGIAS Y LÍNEAS DE ACCIÓN	
1	Obtener un protocolo de intervención en el ámbito sanitario	NORMATIVA	Línea de acción 1: Conjunto de intervenciones dirigidas al ámbito escolar
2	Obtener un protocolo de intervención en el ámbito escolar		Línea de acción 2: Conjunto de intervenciones dirigidas al ámbito sanitario
3	Obtener un protocolo de intervención en el ámbito comunitario		Línea de acción 3: Conjunto de intervenciones dirigidas al ámbito comunitario y municipal
4	Integrar el plan en la Estrategia gallega de atención integral a la cronicidad	PARTICIPATIVA	Línea de acción 4: Conjunto de intervenciones para promover la participación activa de la ciudadanía
5	Desarrollar el plan bajo el principio de la intersectorialidad		Línea de acción 5: Conjunto de intervenciones para promover la intersectorialidad
6	Fomentar la investigación en obesidad infantil	INVESTIGACIÓN	Línea de acción 6: Conjunto de intervenciones encaminadas a obtener modelos eficaces de actuación  Línea de acción 7: Conjunto de intervenciones dirigidas a consolidar un tejido de investigación en obesidad  Línea de acción 8: Conjunto de intervenciones enfocadas a fomentar la innovación tecnológica en la salud
7	Crear el observatorio para la evaluación y seguimiento del estilo de vida	VIGILANCIA	Línea de acción 9: Conjunto de intervenciones encaminadas a dotar de conocimiento a los responsables del desarrollo del plan
8	Conocer la prevalencia de la obesidad y sobrepeso así como el patrón de actividad física y alimentario en los < 18 años		
9	Capacitar a los profesionales en la atención de la obesidad	INFOR/FORMATIVA	Línea de acción 10: Conjunto de intervenciones encaminadas a formar a la comunidad en materia de salud  Línea de acción 11: Conjunto de intervenciones encaminadas a formar el personal sanitario  Línea de acción 12: Conjunto de intervenciones encaminadas a formar a los profesionales de la comunidad educativa  Línea de acción 13: Conjunto de intervenciones encaminadas a la formación de colectivos específicos
10	Formar a las familias e informar a la sociedad en su conjunto		

# PILOTAR UN GRUPO DE INTERVENCIONES EN LA COMUNIDAD

Muestra de conveniencia:

**10** municipios de Galicia

**10** equipos multidisciplinares con representantes del ámbito escolar, sanitario y educativo.

Se va a ensayar la “forma de intervención”, no la intervención.

 Cambre	 Fene	 Friol	 Lugo	 Celanova
---	---	--	---	---

 Ribadavia	 Verín	 A Guarda	 Lalín	 Poio
---	---	--	---	--

1. En el último trimestre de 2014 y primero de 2015 se crearon los 10 equipos municipales
2. Una vez creados el representante de cada ámbito **registra el modelo de abordaje de la obesidad infantil habitual en su centro de trabajo** (sanitario, educativo, comunitario).  

3. En un plazo de 12 meses, se volverán a registrar dichos modelos y sus modificaciones

# EVALUACIÓN INICIAL

1-Diseño de sistema de evaluación inicial (fichas de registro, procedimiento, etc) en ámbito escolar, sanitario y municipal.

2-Elaboración guía de ayuda para cada uno de los representantes de los 3 ámbitos.

A	B	C	D	E	F	G	H	I
<b>I. MODELO PROMOCIÓN DE SALUD EN EL CENTRO EDUCATIVO</b>								
1.Cuando en el centro escolar se elabora un Plan con objetivos de salud:								
1.a. Se integra en el proyecto educativo de centro:								
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	No necesario	Poco necesario			
1.b. Se busca la participación activa de toda la comunidad escolar:								
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	No necesario	Poco necesario			
1.c. Se evitan las acciones aisladas y discontinuas:								
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	No necesario	Poco necesario			
Por lo general, se tiene en cuenta el entorno del escolar y la comunidad a la que pertenece								
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	No necesario	Poco necesario			

contrario, si es variable en los 3 trimestres , por ejemplo, podemos contestar con el rango de su frecuencia : "de 3 a 7" actividades.

Imagen 4

1. Prevalencia da obesidade infantil
2. Nº de actividades extraescolares "activas" que se ofertan no centro
3. Nº de todas as actividades extraescolares que se ofertan no centro
4. Nº de actividades complementarias "activas" que se ofertan no centro
5. Nº de todas as actividades complementarias que se ofertan no centro


E. EJEMPLO IMAGEN 5

A lo largo del cuestionario aparecen algunas baterías de preguntas con cierta complejidad. Por ejemplo en el apartado de formación del personal docente y laboral, se intenta conocer cual es el grado de capacitación de los profesionales del centro (*si son capaces o no de llevar a cabo* en aspectos específicos y necesarios para el abordaje de la obesidad. No es necesario responder a todos los items. Por otra parte, y solo en caso afirmativo (*si se dispone de profesionales entrenados para dichos aspectos*) se solicita que se especifique cual es el grupo laboral al que pertenecen, por si fuera necesario reorganizar o diseñar un programa informativo para tal fin.

# ESTRATEGIA NORMATIVA

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Obtener un protocolo de intervención en los ámbitos sanitario, escolar, municipal y comunitario

### Línea de acción 1:

Conjunto de intervenciones dirigidas al ámbito escolar

- **Intervención 1.1.**  
Establecimiento de una normativa o propuesta de buenas prácticas, para definir regular y verificar la oferta alimentaria en el centro escolar
  
- **Intervención 1.2.**  
Establecimiento de una normativa o propuesta de buenas prácticas, para definir regular y verificar la oferta de actividades encaminadas a conseguir las recomendaciones actuales de actividad física

### Línea de acción 2:

Conjunto de intervenciones dirigidas al ámbito sanitario

- **Intervención 2.1.**  
Diseño del procedimiento asistencial integrado (PAI) en obesidad infantil
  
- **Intervención 2.2.**  
Creación de un registro específico en el módulo pediátrico del IANUS en obesidad infantil
  
- **Intervención 2.3.**  
Revisión y homogeneización de los criterios diagnósticos y seguimiento en Atención Primaria
  
- **Intervención 2.4.**  
Verificación del cumplimiento de la normativa vigente sobre protección de la lactancia materna
  
- **Intervención 2.5.**  
Optimización de los recursos, incluidas las tareas de los profesionales dentro de los acuerdos de gestión
  
- **Intervención 2.6.**  
Dotación de herramientas e instrumentos de evaluación de la composición corporal para uso de los profesionales sanitarios

### Línea de acción 3:

Conjunto de intervenciones dirigidas al ámbito comunitario y municipal

- **Intervención 3.1.**  
Diseño de una propuesta de buenas prácticas para gestionar y coordinar la oferta de actividades en el ámbito comunitario y municipal



## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Desarrollar el plan bajo el principio de la intersectorialidad y establecer las bases para que este plan se integre en la Estrategia gallega de atención integral a la cronicidad

### Línea de acción 4:

Conjunto de intervenciones para promover la participación activa de la ciudadanía

- **Intervención 4.1.**  
Creación de una comisión de alto nivel con representación política de todos los grupos parlamentarios
- **Intervención 4.2.**  
Creación de equipos municipales multidisciplinares que gestionen y coordinen las actividades municipales
- **Intervención 4.3.**  
Inclusión de actividades saludables en los programas de las asociaciones presentes en la comunidad
- **Intervención 4.4.**  
Fomento de la participación de las familias a través de la iniciativa "Xente con Vida" en las redes sociales
- **Intervención 4.5.**  
Fomento de la participación de las familias a través de los programas de la Consellería de Cultura, Educación y Ordenación Universitaria

### Línea de acción 5:

Conjunto de intervenciones para promover la intersectoriedad

- **Intervención 5.1.**  
Establecimiento de convenios con otros planes y programas autonómicos que compartan objetivos similares
- **Intervención 5.2.**  
Procurar socios y fuentes externas de financiamiento a través del programa HORIZON 2020 de la Comisión Europea y de otros similares

# ESTRATEGIA DE INNOVACIÓN E INVESTIGACIÓN

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Fomentar la investigación en obesidad infantil y abordar su complejidad desde una perspectiva de Salud Pública

### Línea de acción 6:

Conjunto de intervenciones encaminadas a obtener modelos eficaces de actuación

- Intervención 6.1.

Pilotaje de intervenciones concretas para seleccionar aquellas más coste-eficaces con el fin de ser replicadas en toda la comunidad

### Línea de acción 7:

Conjunto de intervenciones dirigidas a consolidar un tejido de investigación en obesidad infantil

- Intervención 7.1.

Establecimiento de acuerdos con los responsables de los centros de investigación y departamentos de las universidades gallegas para que prioricen las líneas de investigación en obesidad infantil (ámbito público)

- Intervención 7.2.

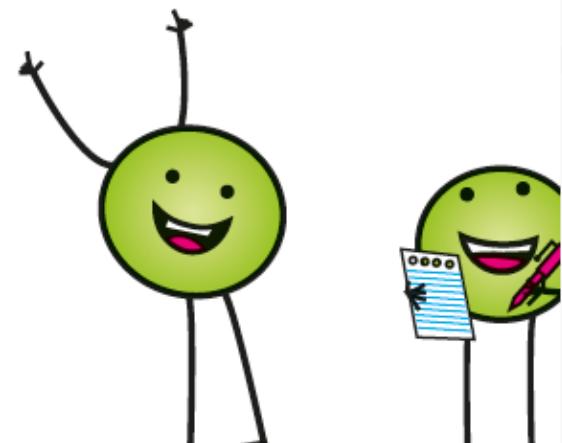
Establecimiento de acuerdos con la iniciativa privada, en particular con las empresas que integran el Clúster de alimentación de Galicia, para crear un tejido de investigación sólido en nuestra comunidad

### Línea de acción 8:

Conjunto de intervenciones enfocadas a fomentar la innovación tecnológica en la salud

- Intervención 8.1.

Diseño herramientas o dispositivos basados en las TIC



# ESTRATEGIA DE VIGILANCIA

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Conocer la prevalencia de la obesidad y sobrepeso en la población menor de 18 años de Galicia.  
 Conocer el patrón de actividad física y alimentario en la población menor de 18 años de Galicia.  
 Diseñar y poner en marcha un observatorio para la evaluación y seguimiento del estilo de vida de los gallegos que establezca las directrices de las intervenciones futuras.

### Línea de acción 9:

Conjunto de intervenciones encaminadas a dotar de conocimiento a los responsables del desarrollo del plan

- **Intervención 9.1.**  
Puesta en marcha del observatorio para la vigilancia y seguimiento del estilo de vida y de los determinantes de la obesidad en la población gallega
- **Intervención 9.2.**  
Diseño de un estudio epidemiológico para conocer y monitorizar la prevalencia de obesidad y sobrepeso, así como el patrón alimentario y de actividad física en los menores de 18 años
- **Intervención 9.3.**  
Creación de bases de datos en redes de conocimiento en obesidad (sistemas de conocimiento de temas relacionados con la salud)
- **Intervención 9.4.**  
Elaboración de un mapa de recursos, capacidades, habilidades, fortalezas, experiencia técnica y liderazgo disponibles en la comunidad que ayuden a decidir futuras intervenciones

## OBFETIVOS ESPECÍFICOS

Capacitar a los profesionales responsables de las intervenciones en cada uno de los ámbitos de actuación.

Formar a las familias e informar a la sociedad en su conjunto para conseguir un estilo de vida saludable.

### Línea de acción 10: Conjunto de intervenciones encaminadas a formar a la comunidad en materia de salud

- Intervención 10.1. Diseño de campañas informativas para diferentes medios de comunicación y a través de distintos canales
- Intervención 10.2. Diseño de actividades formativas dirigidas a las familias
- Intervención 10.3. Coordinación de las acciones formativas con las desarrolladas por otros organismos

### Línea de acción 11: Conjunto de intervenciones encaminadas a formar el personal sanitario

- Intervención 11.1. Formación del personal sanitario para la evaluación de los determinantes de la obesidad
- Intervención 11.2. Formación del personal sanitario para la aplicación de los modelos de intervención

### Línea de acción 12: Conjunto de intervenciones encaminadas a formar a los profesionales de la comunidad educativa

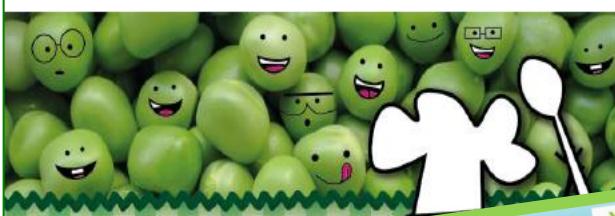
- Intervención 12.1. Formación del personal docente
- Intervención 12.2. Formación del personal de cocina y responsables del comedor escolar
- Intervención 12.3. Publicación de la guía para elaborar los menús escolares dirigida al personal de cocina y responsables del comedor escolar
- Intervención 12.4. Inclusión de contenidos relacionados con la salud en las titulaciones con previsión de docencia en su carrera profesional

### Línea de acción 13: Conjunto de intervenciones encaminadas a la formación de colectivos específicos

- Intervención 13.1. Diseño de programas formativos dirigidos a colectivos específicos

## Formación familias y colectivos a través de la escuela

**ar os menús escolares**  
Sugestións e ideas para mellorar a calidade nutricional



**Moitos condicionantes...  
...e moitas posibles solucións**

**Imos mellorar o menú escolar**

- Dinero
- Persoa de cocaría
- Instalacións
- Adecuación de horarios
- Disponibilidade alimentaria e fornecedoras

**DE COMPARTIR**

**Alimentación e nutrición**

Alimento	Nutrientes
Berenzina	Agua
	Proteínas
Lípidos	Lípidos
Amidón	Amidón
Azúcares	Azúcares
Fibra	Fibra
Calcio	Calcio
Iodo	Iodo
Magnesio	Magnesio
Zinc	Zinc
Sodio	Sodio
Potasio	Potasio
Fósforo	Fósforo
Selenio	Selenio

**Compostos bioactivos.**

**Antioxidantes**

**Alimento**

**Nutrientes**

Alimento	Nutrientes
Crema de cacao e abelás	Azúcares simples
	Graxas
	Calcio
	Potasio
	Sodio
	Ferro
	Fósforo

**GUÍA ALIMENTARIA  
CHICHARIÑOS PARA  
GUARDERÍAS ESCOLARES**

**Alimentación e nutrición**

**ESCOLARES**

**Recomendacións para programar os menús escolares**

**Racións recomendadas por grupos de alimentos. Secuencia quincenal**

Grupo de alimentos	Frecuencia (n.º racion/2 semanas)
Carnes	≤ 4
Peixes	≥ 4
Ovos	≥ 2-3
Lácteos	≤ 2
Verduras/Hortalizas	≥ 5
Froitas	≥ 8
Arroz & pasta	≥ 6
Patacas	≤ 4
Legumbres	≥ 2-3

# ALGUNOS PRODUCTOS



## PLAN FORMATIVO PARA PERSONAL SANITARIO



Línea de acción 1: Promoción de hábitos de vida saludable en las comunidades escolares	
ASPECTO NEGATIVO	REGULAR OFERTA ALIMENTARIA EN LA ESCUELA
Recursos insuficientes	
Recursos orgánicos e RSE (Responsabilidad Social Empresarial)	
Recursos económicos (financieros)	
Recursos humanos insuficientes (profesionales)	
Recursos tecnológicos (informáticos)	
Puesta en marcha de la intervención (fecha límite)	
Cooperación entre las administraciones	
La ejecución implica evolución activa/profesional	
La ejecución es una actividad continua	
La ejecución es una actividad permanente	
Se incluye dentro de otros planes o programas	
Incluir la intervención de varias acciones	
Mejorar la calidad de la intervención	
Cobertura	
Impacto de la intervención	
Para resolver problemas	
Para inducir otros cambios deseados	
Protocolo de intervención	

PUNTUACIÓN: 19 x 0,5 = 9,5

## PLAN FORMATIVO PARA RECOMENDACIONES PARA PERSONAL DE COCINA REFORMULACIÓN ALIMENTOS

## CRITERIOS NUTRICIONALES PARA VALIDAR MENÚS ESCOLARES



Grupo de alimentos	Frecuencia (n.º racion/2 semanas)
Carnes	≤ 4
Peixes	≥ 4
Ovos	≥ 2-3
Lácteos	≤ 2
Verduras/Hortalizas	≥ 5
Froitas	≥ 8
Arroz & pasta	≥ 6
Patacas	≤ 4
Legumbres	≥ 2-3

Se acabaron los planes y las estrategias de los distintos países y comunidades

