



# BOLETÍN EPS Y COMUNITARIA 7

**ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN NAVIDADES  
DICIEMBRE 2020**

# 1. DOCUMENTOS DE INTERÉS (MANUALES, GUIAS, PROTOCOLOS,...)

Para frenar la epidemia de obesidad infantil es necesario un compromiso político sostenido y la colaboración de muchas partes interesadas, tanto públicas como privadas. Para acceder a los recursos que te ofrecemos clica en los enlaces.

## Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. OMS.

¿Qué se puede hacer para luchar contra la epidemia de obesidad infantil?



## Malnutrición, Obesidad infantil y derechos de la infancia en España. UNICEF 2019



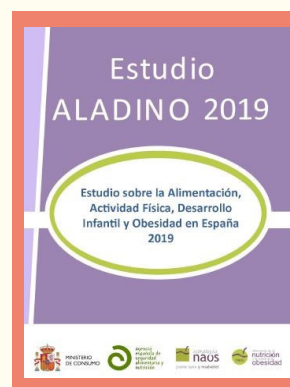
## Plataforma europea de Acción sobre Alimentación, Actividad Física y Salud.2020



## Estudio sobre la situación de la obesidad Infantil en España. Observatorio de la infancia



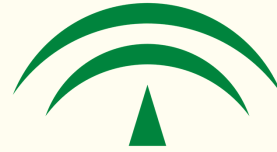
## Estudio Aladino 2019



## Tests de Adherencia a la dieta



Fundación  
Dieta Mediterránea



JUNTA DE ANDALUCÍA

### Recursos del Centro de Investigación de Endocrinología y Nutrición de la Universidad de Valladolid:

- Calibración de dieta:
- Composición de la dieta



CENTRO DE INVESTIGACION  
DE ENDOCRINOLOGIA Y  
NUTRICION CLINICA



Universidad de  
Valladolid

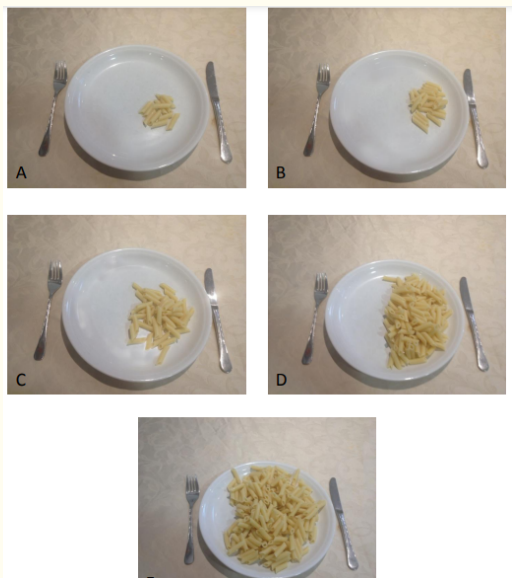


### Base de datos de composición de alimentos de la universidad complutense de Madrid



UNIVERSIDAD  
COMPLUTENSE  
MADRID

### Atlas fotográfico AECOSAN: Registro grafico de las raciones de diferentes alimentos



## 2. REVISIÓN HEMEROTECA (ARTÍCULOS Y REVISTAS)



L.A. Moreno, L. Gracia-Marco, Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. Prevención de la obesidad desde la actividad física: del discurso teórico a la práctica. An. Pediatría 2012: 77: 32(2):534-544

Isaac José Pérez-López, Pablo Tercedor Sánchez y Manuel Delgado-Fernández. Efectos de los programas escolares de promoción de actividad física y alimentación en adolescentes españoles: revisión sistemática. 2015". Nutrición Hospitalaria 2015: 32(2):534-544



Mireia Adelantado Renau, Marta Gordo Soldevila, Martin Sánchez Gómez. Promoción de la Salud en Educación Infantil. Una aplicación práctica para el fomento de la actividad física y la alimentación saludable Quaderns Digitals. Net 2019: 89: 113-130.

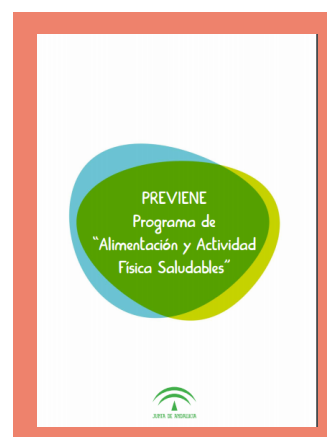
El objetivo principal de este trabajo fue el diseño y creación de un proyecto educativo multidisciplinar para la promoción de hábitos saludables, principalmente de la práctica de actividad física y de la alimentación saludable en niños y niñas de educación infantil.

## 3. RECURSOS PRÁCTICOS (PROGRAMAS, PROYECTOS, MATERIALES ESCRITOS O EN LA RED, WEBS SOBRE EPS)

### El Programa de Alimentación y Actividad Física Saludables.

El programa está dirigido a alumnado de 8 a 9 años de edad (3º EP) de los centros educativos de la comunidad autónoma andaluza.

Material elaborado por los equipos del proyecto de investigación. "Prevención de la obesidad infantil en escolares. Efectos de una intervención multicomponente" de la Escuela Andaluza de Salud Pública y la Agencia de Salud Pública de Bracelona, con la colaboración de la Facultad del Deporte y el Centro del Profesorado de Granada



# **EDUCACIÓN PARA LA SALUD: ALIMENTACIÓN SALUDABLE, SOLIDARIA Y SOSTENIBLE + ACTIVIDAD FÍSICA.**

Material didáctico para escolares de 5 a 12 años.  
2019. Observatorio de la salud .Ayuntamiento de Sevilla



## **PiEFcitos: Kilómetros de vida saludable**



Basado en el camino de Santiago. Cada grupo de caminantes dispone de un pasaporte con todos los centros educativos que tienen que visitar en su camino, de tal manera que al llegar simbólicamente a cada uno de ellos, se les otorgará una “provinciala” a modo de sello

## **FUNDADEPS. 2020. Kit de herramientas «Día europeo del deporte escolar»**

Este kit de herramientas facilita al profesorado, a la administración y al alumnado toda la información y los recursos necesarios para organizar un Día europeo del deporte escolar

## **RECURSOS EN ESPAÑOL PARA MAESTROS: VIDA SALUDABLE. Healthy Children´s**

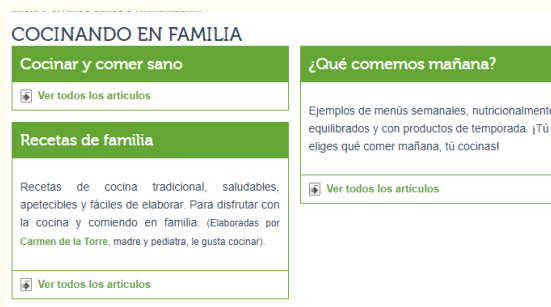


## Familia y salud. Alimentarse a cada edad.



Esta página ofrece múltiples recursos escritos por profesionales y dirigidos a padres.

## Familia y salud. Cocinando en familia.



## Las pequerrecetas. Hospital Rey Juan Carlos (Madrid)



## Programa Nutriplato (Hospital Sant Joan de Déu)

Método de educación dietético – nutricional destinado a niños y niñas de entre 3 y 12 años. El programa Nutriplato proporciona un año de asesoramiento por parte de un equipo de dietistas – nutricionistas del Hospital Sant Joan de Déu Barcelona con posibilidad de alargarlo hasta los 18 meses si fuera necesario



## App Diana come sano.

Múltiples juegos para niños.



## Videos de youtube

[Enseña a tus hijos a comer sanos](#)

[Para realizar actividad física en familia](#)

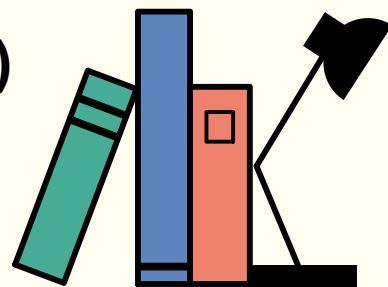
## 4. CONVOCATORIAS DE INTERÉS (PREMIOS, BECAS, SUBVENCIONES, AYUDAS)

### XIV PREMIO ESTRATEGIA NAOS

Con el objetivo de reconocer y divulgar aquellos programas o proyectos que fomenten una alimentación saludable y/o la práctica de actividad física, en cualquiera de los ámbitos de actuación de esta Estrategia: familiar y comunitario, escolar, laboral, sanitario y empresarial. Pueden presentar su candidatura al premio aquellos proyectos que no se han presentado nunca y también proyectos que hayan optado a estos Premios y/o que hayan conseguido un accésit en otras convocatorias pero que no han sido premiados. Hasta 29/12/2020



## 5. FORMACIÓN (CURSOS, JORNADAS, TALLERES, CURSOS ONLINE, REUNIONES)



### Programa de Parentalidad Positiva: Ganar Salud y bienestar de 0 a 3 años

La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS reconoce la importancia de ofrecer a todos los niños y niñas un buen comienzo en la vida. El periodo de 0 a 3 años es clave para su desarrollo, ya que, durante los primeros años se estructuran las bases fundamentales de un individuo, como el lenguaje, los hábitos y habilidades sociales, las capacidades cognitivas y el buen desarrollo emocional o psíquico. Curso Ganar salud y bienestar de 0 a 3 años: capacitación online para el desarrollo de actividades presenciales grupales





# FELIZ NAVIDAD

A close-up photograph of a hand holding a white piping bag, applying white icing to a gingerbread cookie. The cookie is shaped like a reindeer. Other gingerbread cookies, including a star and a heart, are scattered on a white surface. The background is a plain, light-colored wall.

*Cocinando saludable*