



Con la colaboración de la *Fundación Española del Corazón* y el apoyo de la *Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas*, la *Fundación para la Diabetes* y la *Asociación “5 al día”*

Idea Sana EROSKI lanza una campaña de prevención de la obesidad

- EROSKI es el primer grupo de distribución que organiza una campaña de prevención de la obesidad junto a cuatro asociaciones relacionadas con la salud y la alimentación saludable
- El objetivo es llegar a más de 1 millón de consumidores para generar hábitos de vida saludables y beneficiosos
- A través de la campaña “Prevenir la obesidad es un Idea Sana”, Eroski pretende apoyar la estrategia NAOS presentada recientemente por el Ministerio de Sanidad y Consumo
- Esta iniciativa, consistirá en la puesta en marcha de diferentes acciones que se desarrollarán en las tiendas y que tendrán como objetivo un contacto directo con el consumidor mediante: Escuelas Idea Sana, Foros en colaboración con universidades y stand informativos en los centros
- Además se editará material informativo que se repartirá en los puntos de venta y se organizarán concursos con colegios y asociaciones. Todo ello estará recogido en la revista Idea Sana y en la página web www.ideasana.com

Madrid, 25 de abril de 2005.- Idea Sana EROSKI ha puesto en marcha la campaña “*PREVENIR LA OBESIDAD ES UNA IDEA SANA*” en colaboración con la FUNDACIÓN ESPAÑOLA DEL CORAZÓN y con el apoyo de la ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE DIETISTAS-NUTRICIONISTAS, la FUNDACIÓN PARA LA DIABETES y la ASOCIACIÓN “5 AL DÍA”. El objetivo es el de concienciar a la ciudadanía de la importancia de una buena nutrición y la adquisición de hábitos de vida saludables.

Gracias a esta iniciativa, pionera en el sector de la distribución y que tendrá un año de duración, se espera llegar a más de 1 millón de consumidores de una forma directa. Para ello se desarrollarán numerosas actividades, como la celebración de Escuelas Idea Sana (charlas de una hora en los centros) y foros en distintos puntos de la geografía nacional con la intervención de doctores, dietistas-nutricionistas y psicólogos y con la colaboración de las universidades especializadas en salud, alimentación y deporte.

Asimismo, Idea Sana EROSKI editará coleccionables, que se repartirán en los puntos de venta y organizará concursos dirigidos a colegios y asociaciones durante los meses de septiembre y octubre, bajo el título “Una idea sana para una vida sana” y “Una receta sana para una vida sana” respectivamente.

Otra de las acciones, será la colocación de stand informativos en los centros de distribución del grupo. Estos puntos de información directa en las tiendas estarán dirigidos por especialistas que atenderán las dudas de los consumidores. También se impulsarán becas de colaboración cuyo eje central será la obesidad. Todo esto aparecerá recogido en la Revista Idea Sana, cuya tirada es de 300.000 ejemplares, y en las páginas web www.ideasana.com, www.fundaciondelcorazon.com, www.fundaciondiabetes.org, www.aedn.es y www.5aldia.com.

La obesidad, un problema serio de salud

La obesidad es ya un problema serio de salud en muchos de los países desarrollados por su incidencia y por condicionar un gasto sanitario. En nuestro país, se estima que alrededor del 13 por ciento de la población general entre los 25 y 60 años es obesa¹. Pero aún son más preocupantes las cifras de obesidad y sobrepeso infantil y juvenil. Casi el 14 por ciento de la población entre dos y 24 años es obesa y el 26,3 por ciento padece sobrepeso². En otros países como Estados Unidos, la incidencia es mayor y el gasto sanitario directo ocasionado por la obesidad representa entre un 5 y un 7 por ciento del gasto sanitario total. En España se calcula (según el Estudio Delphi) que el coste total de la obesidad es de 12 millones de € lo que representa el 6,9 por ciento del gasto sanitario.

En cuanto a la prevalencia por sexos en nuestro país, se estima que el 15,7%³ de las mujeres padece obesidad, mientras que la cifra de hombres obesos es del 13,4%.

La obesidad, además, es factor de riesgo cardiovascular y tiene una estrecha relación con enfermedades como la diabetes, la hipertensión, los problemas óseos y la insuficiencia cardiaca.

Prevención de la obesidad

Ante el aumento de los casos de obesidad (derivados de los nuevos hábitos de vida en los países desarrollados: empeoramiento de la dieta, sedentarismo...), es importante incidir en su prevención a través de tres pilares fundamentales:

¹ Datos facilitados por la Fundación Española del Corazón

² Estudio enKid (1998-2000)

³ Prevalencia de la Obesidad en España: Estudio SEEDO 2000

- ✓ Dieta cardiosaludable: Una dieta equilibrada, pobre en grasas saturadas y rica en verduras, legumbres, fruta y pescado, es garantía de bienestar, prevención de las enfermedades cardiovasculares y fórmula de control del peso corporal.
- ✓ Ejercicio físico moderado y regular: Por sí sólo puede ser capaz de controlar el peso en personas con el peso ideal o un ligero sobrepeso. Lo más importante es la constancia en su práctica.
- ✓ Hábitos de vida activos: La obesidad se previene si mantenemos unos hábitos de vida saludables que incluyen actividad física, movimiento, contacto con la naturaleza, un cierto esfuerzo físico... Las actividades sedentarias no son perjudiciales por sí mismas, lo son si constituyen todo nuestro ocio y nuestra forma de vida. Desde caminar por el campo a dejar de usar el coche cuando no sea posible, hay muchas fórmulas para mantenerse activos y controlar, al mismo tiempo, nuestro peso.

Estrategia NAOS contra la obesidad

España presenta una de las tasas de obesidad infantil más altas de Europa: el 16 por ciento de los niños entre seis y 12 años es obeso. Ante esta situación, el Ministerio de Sanidad y Consumo ha puesto en marcha la estrategia NAOS (Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad). En su elaboración han participado ocho grupos de expertos coordinados por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria, más de 80 asociaciones (entre las que destaca la Fundación Española del Corazón), organismos públicos y privados y sociedades científicas.

Los objetivos principales de la estrategia NAOS son fomentar políticas y planes de acción destinados a mejorar los hábitos alimentarios y a aumentar la actividad física entre la población. La elaboración de este documento surge como respuesta a la petición que lanzó la Organización Mundial de la Salud (OMS) durante la 57ª Sesión de que cada país desarrollara una estrategia en sus territorios para luchar contra la obesidad a nivel mundial.

El problema de la obesidad debe tener un abordaje multidisciplinar, y por eso la Estrategia recoge una serie de ámbitos de intervención (familiar, escolar, empresarial y sanitario), basados en recomendaciones, acuerdos voluntarios, autorregulación y, en algunos casos, en iniciativas normativas. Es dentro de las acciones en el *ámbito empresarial*, donde Idea Sana EROSKI ha querido aportar su “granito de arena” en la difusión de esta estrategia, poniendo en marcha la campaña “*PREVENIR LA OBESIDAD ES UNA IDEA SANA*”.

El problema de la obesidad en niños y jóvenes

Las cifras tan elevadas de obesidad se deben principalmente a los cambios en el estilo de vida y en concreto a la pérdida de la alimentación tradicional y al sedentarismo. España ocupa el cuarto puesto en Europa de prevalencia de obesidad en niños de 10 años, después de Italia, Malta y Grecia. Los jóvenes cada vez se están alejando más de la dieta mediterránea al disminuir la ingesta de pescado, frutas, verduras y cereales. Además, es preocupante que el ocho por ciento de los niños españoles acuden al colegio sin haber desayunado cuando está demostrado que omitir esta comida aumenta el riesgo de padecer obesidad.

Todo esto se agrava además por una tendencia creciente al sedentarismo en las actividades lúdicas, donde la práctica de ejercicio se ha sustituido por pasar horas delante de la televisión o del ordenador. Los niños españoles pasan una media de dos horas y 30 minutos al día viendo la televisión y media hora adicional jugando con videojuegos o conectados a Internet. Además, España es uno de los países europeos donde se practica menos deporte.

En este sentido, y dentro de esta campaña global, Idea Sana EROSKI desarrollará una iniciativa concreta junto a la Asociación Española de Dietistas y Nutricionistas para la PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD INFANTIL, que tendrá su reflejo en la edición de dípticos, puesta en marcha de foros, escuelas, etc.

Fundación Española del Corazón (FEC)

La Fundación Española del Corazón es una institución privada sin ánimo de lucro promovida por la Sociedad Española de Cardiología (SEC). La Fundación cuenta, entre sus miembros, con más de 2.000 médicos especialistas en Cardiología y numerosos colectivos de pacientes y asociaciones diversas. Tiene carácter nacional con representación de las comunidades autónomas a través de las Asociaciones Regionales. En lo que se refiere a su presencia internacional, la FEC es miembro de la European Heart Network (EHN) y del consejo de Stroke Alliance For Europe (Alianza Europea contra el Ictus), de la World Heart Federation (WHF) y colabora con la American Heart Association (A.H.A.).

Fundación para la Diabetes

Su misión es concienciar a la sociedad sobre el grave y creciente problema de salud que representa la diabetes y sus complicaciones, así como contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes. Entre sus líneas de actuación están la Escuela de Diabetes, formación tanto para personas que tienen diabetes como profesionales sanitarios, los Simposios divulgativos, la información sobre el niño con diabetes en la escuela, las campañas de sensibilización social sobre el riesgo de padecer diabetes y su prevención, hacer llegar información a la sociedad a través de todas sus herramientas de comunicación, y el proyecto de ayuda humanitaria con Cuba. Se puede encontrar más información sobre la diabetes y las actividades desarrolladas por la Fundación en www.fundaciondiabetes.org.

Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (AEDN)

Es una asociación sin ánimo de lucro que agrupa a dietistas-nutricionistas de este país. La asociación se constituyó en 1987 con el fin de promover las ciencias de la nutrición humana, dietética y alimentación, potenciar la figura del dietista-nutricionista en la sociedad y velar por los intereses generales de la ciudadanía en un aspecto tan importante de la salud como es la alimentación humana. La AEDN es miembro de la EFAD (Federación Europea de Asociaciones de Dietistas), de la IDCA y de la FESNAD. LA AEDN agrupa a más de 1500 dietistas-nutricionistas de este país y da cobertura a los colegios oficiales y asociaciones de dietistas-nutricionistas en las diferentes autonomías.

Asociación 5 al Día

Se trata de una asociación sin ánimo de lucro para la promoción del consumo de frutas y hortalizas, cuyo principal objetivo es promover la mejora de los hábitos alimentarios de los ciudadanos y fomentar el consumo diario de frutas y hortalizas frescas. 5 al día es un movimiento internacional que se inicia en Estados Unidos en 1989 y que hoy en día cuenta con organizaciones en más de 40 países de los cinco continentes. A finales del año 2000, se constituye en España la Asociación como respuesta a los cambios en los hábitos alimentarios. En la actualidad la asociación cuenta con más de 300 socios (científicos, generales, colaboradores y profesionales).

Idea Sana EROSKI

Tiene el objetivo de hacer propuestas a los consumidores para generar hábitos de vida saludables y beneficiosos. Desde Idea Sana EROSKI queremos generar actitudes que promuevan el bienestar como apoyo a la calidad de vida.

Para más información:
Sonia San Segundo/Ana González - Ketchum SEIS
Tfno. 917883200
sonia.sansegundo@ketchum.com