

EDUCACIÓN

500 padres aprenderán a alimentar bien a sus hijos y prevenir diabetes

FAPACE llevará talleres de hábitos saludables a colegios de toda la provincia

MALU MANSILLA
REDACCIÓN

La Federación de Asociaciones de Padres de Alumnos (FAPACE) se ha propuesto transmitir el valor de la buena alimentación a las familias para prevenir problemas de salud en los niños, como la obesidad y la diabetes. Para ello, llevará a once centros educativos de la provincia talleres sobre hábitos saludables, que llegarán a más de 500 padres.

A estos cursos tienen acceso las familias, profesores y directivos de cualquier colegio o instituto. Para su organización la entidad ha contado con la colaboración de las Consejerías de Salud y Educación, el laboratorio Menarini Diagnostics, la Asociación de Diplomados Universitarios en Nutrición, la Asociación Andaluza de Enfermería Comunitaria y Castillo de Tabernas.

“Los índices de obesidad en los niños son cada vez más altos, y relacionada con esta enfermedad pueden estar otras dolencias, como la diabetes en los niños”, explica el presidente de FAPACE, Román Puen-



■ Treinta padres han asistido esta semana a el primer taller de la Federación en el instituto Alhamilla. / LA VOZ

tes los niños y que éstos tengan una vida cada vez más sedentaria, con el uso del móvil, el mando de la televisión o la consola”. Malas costumbres que se basan, según Román Puentes, “en una mala información, que se intenta cambiar desde estos talleres”.

Curso en la capital

Uno de estos cursos ha tenido lugar esta semana en el instituto Alhamilla de la capital. A él asistió una treintena de padres a los que los expertos les enseñaron la pirámide de alimentación y a realizar menús semanales equilibrados. Para Conchi Candela, otra de las ponentes, procedente del Distrito Poniente de Salud, “es necesario que conozcan la dieta mediterránea, porque es la adecuada”. Además, los padres aprenden en estos talleres a realizar la medición de masa corporal.

Para FAPACE, la prevención y detección de la diabetes es otra de las bases de estas reuniones. “Además de mostrar hábitos alimenticios que ayuden a prevenir la diabetes, los padres conocen en el curso los tipos de esta enfermedad, los factores que influyen en su aparición y, también, cómo se debe manejar un medidor de glucemia”. De hecho, la entidad



■ Eloy Soto, Conchi Candela, Juan José Ramos y Román Puentes. / LA VOZ

La entidad entrega a los centros un medidor de glucemia

tes. Por ello, la entidad ha puesto en marcha estos cursos, “que son impartidos por expertos en nutrición” de las diferentes entidades colaboradoras.

Uno de ellos es Eloy Soto, que indica que “Andalucía es la segunda comunidad autónoma con mayor nivel de obesidad infantil, algo que aumenta con la incorporación de la mujer al mundo laboral y la no incorporación del hombre a la vida del hogar”. Esto supone, para el experto, “que se abuse de comida rápida para

entregará a cada centro educativo participante uno de estos medidores. “De este modo, ante cualquier mareo de un alumno se le podrá realizar esta prueba por si se tratara de un bajón de azúcar”, explica Puentes.

Para los padres que acudieron al taller del Alhamilla el buen hábito se aprende desde pequeño. “Quiero prevenir ya y alimentar bien a mis hijos y que ellos también lo aprendan. Además, tuve una tía diabética y sé lo mal que se pasa”, explica María Villegas, madre del colegio Luis Siret.

Por su parte, Pepi García, del colegio Santa Isabel, asegura que sus hijos comen en el colegio y allí “la comida es la adecuada”.

Los talleres pasarán por El Ejido, San Isidro, Tabernas, Alhama de Almería, Vera, Olula del Río, Roquetas y las comarcas de Los Vélez, Bajo Andarax, Río Nacimiento. FAPACE apoya de este modo, pero pide a la administración “que exista en cada centro educativo de Infantil, Primaria y Secundaria un experto sanitario para tratar cada caso”.