

Actividades para evitar la obesidad infantil

El centro de salud de La Magdalena, del Distrito Sanitario Jaén-Jaén Sur, ha organizado varias actividades para la promoción de hábitos saludables de vida entre los padres de los niños de la guardería Santa Catalina, de la capital, que cuenta con 40 menores de 1 a 3 años. Según se indica en un comunicado, dos de estas iniciativas fueron un desayuno típico de la dieta mediterránea, basado en el aceite de oliva virgen extra, cereales, leche y frutas, y una carrera, que terminó con un baile de los pequeños y la entrega de medallas. Ambas se realizaron con la presencia de varios miembros de cada familia de los alumnos.

Estas actividades se encuentran dentro del Plan Integral de Obesidad Infantil de Andalucía (Piobin), cuyos principales objetivos son reducir la prevalencia de esta patología, mejorar la atención sanitaria de los niños con este problema y sus familias, disminuir la aparición de complicaciones y mejorar la calidad de vida de estas personas. Este programa tiene una elevada relevancia porque el 29% de la población infantil jiennense, entre 6 y 14 años de edad, padece exceso de peso.

La iniciativa de esta unidad de gestión clínica del Distrito Sanitario Jaén-Jaén Sur pretende sensibilizar y ayudar a las familias y a los niños con problemas de sobrepeso y obesidad a mejorar sus hábitos de vida. Los profesionales inciden en el seguimiento de una dieta adecuada, la práctica regular de ejercicio físico y el control de los problemas de salud asociados al sobrepeso, como la diabetes o la hipertensión arterial.