



Una campaña enseña a los escolares a comer frutas y verduras

R. G. GRANADA

Dicen las estadísticas que uno de cada tres niños en edad escolar presenta obesidad en nuestro país, y al menos, uno de cada seis adultos también apunta esta tendencia. Por ello, la Unión de Pequeños Agricultores y Ganaderos –UPA Granada– ha puesto en marcha la iniciativa *Consume frutas y verduras de tu provincia*, conscientes de estas elevadas tasas de sobre peso infantil. Con esta campaña comarcal se pretende concienciar y enseñar a los pequeños las ventajas de practicar un consumo diario de este tipo de alimentos –al menos cinco raciones al día– junto al deporte, tanto en el ámbito escolar como doméstico, en detrimento de la bollería industrial y el sedentarismo.

El secretario general de UPA-Granada, Nicolás Chica, y el alcalde de Fuente Vaqueros, Francisco Martín, se han en-

Reclaman una asignatura en los colegios sobre alimentación sana

fundado el traje de chefs para participar en una jornada didáctica con el alumnado de 3º de Primaria del colegio Federico García Lorca de este municipio. En ella, han dado a conocer la variedad de frutas y verduras que se pueden obtener en la provincia de Granada y el efecto que tienen sobre la salud, tanto en la prevención de enfermedades cardiovasculares, colesterol o diabetes, como en la mejora de la autoestima y las defensas del organismo. Chica ha llamado la atención sobre el hábito de sustituir el consumo de frutas o verduras por comida rápida con más grasas en momentos de poca economía familiar, si bien, ha destacado que se trata de alimentos “fáciles y baratos”. Por ello, ha reclamado un Plan Nacional que permita introducir en las aulas una asignatura nueva con la que se ponga en práctica una alimentación sana.