

31-01-2014

■ Comunicat de premsa ■

---

## **El CAP de Manlleu torna a posar en marxa el programa Nens en moviment, adreçat a escolars de la població amb sobrepès o obesitat**

**Serà la segona edició d'un projecte que a finals de 2013 ja va aconseguir reduir l'índex de massa corporal (IMC) dels infants que hi van participar i millorar els seus hàbits de vida**

El Centre d'Atenció Primària (CAP) de Manlleu prepara una nova edició del programa Nens en moviment, un projecte que pretén disminuir la prevalença de l'obesitat i el sobrepès entre la població infantil del municipi. Nens en moviment és un programa de sessions grupals, per als nens i per als seus pares, en què es treballen diferents qüestions relacionades amb hàbits alimentaris i estil de vida. Es tracta d'un projecte que té el suport de l'Ajuntament de Manlleu i al capdavant del qual hi ha professionals de medicina i d'infermeria formats específicament en aquesta matèria.

La nova edició de Nens en moviment començarà aquest mes de febrer i constarà d'onze sessions setmanals d'una hora i mitja de durada, realitzades de manera ininterrompuda. Mentre durin les sessions i també un cop ja hagin finalitzat, els professionals faran un seguiment dels nens participants en relació amb diferents paràmetres: pes, talla, índex de massa corporal, hàbits nutricionals, dades d'activitat física, etc., i també nivells d'autoestima, ja que el programa aborda l'obesitat tant des del punt de vista físic com psicològic, i incideix especialment en tot el relacionat amb l'autoestima o la percepció de la pròpia imatge.

### **Primera edició amb resultats positius**

La primera edició de Nens en moviment es va fer durant els mesos d'octubre i novembre de 2013 i hi van participar inicialment un grup de quatre nois i noies d'entre 12 i 14 anys, juntament amb els seus pares. El programa va aconseguir resultats molt positius en els participants: la reducció de l'índex de massa corporal, la millora dels hàbits nutricionals (coneixement sobre els tipus d'aliments que mengen, quantitats adequades, formes de preparació, lectura de les etiquetes dels productes, etc.), l'augment de la pràctica d'exercici físic i la percepció de la seva importància en la salut, així com la millora de l'autoestima, del maneig de les emocions i de la comunicació amb pares i companys, etc. Al llarg dels propers mesos es continuarà el seguiment dels participants de la primera edició, per tal d'evaluar-ne els avenços.

### **L'obesitat, pandèmia del segle XXI**

La prevalença de l'obesitat ha augmentat més del doble en els darrers 30 anys, cosa que l'ha convertida en el cinquè factor de risc de defunció al món. Segons l'Associació Espanyola de Pediatria, la prevalença de l'obesitat a l'Estat espanyol en nens d'entre 6 i 7 anys és superior a la de països com ara els Estats Units d'Amèrica (EUA). En la franja d'edat de 13 a 14 anys, se situa en segona posició després dels EUA. A Manlleu, els nens amb sobrepès o obesitat representen aproximadament el 4% del total de la població. Malgrat totes aquestes dades, els experts apunten que un 99% de les causes que provoquen l'obesitat són modificables, d'aquí sorgeix la importància de dur a terme accions d'educació i sensibilització.

### **L'ICS a la Catalunya Central**

La Gerència Territorial de l'Institut Català de la Salut a la Catalunya Central presta atenció sanitària a una població aproximada de 425.000 habitants de les comarques de l'Anoia, el Bages, el Berguedà i Osona. És un equip d'uns 1.400 professionals que està al servei dels ciutadans en 39 centres d'atenció primària i 112 consultoris locals.