



Projecte “Infants actius” contra el sobrepès i l’obesitat infantil

## L’Ajuntament del Prat es coordina amb els pediatres dels Centres d’Atenció Primària per combatre el sobrepès i l’obesitat infantil

L’Ajuntament del Prat posa en marxa un projecte innovador per introduir hàbits saludables entre els nens i nenes amb sobrepès i obesitat i les seves famílies.

Al Prat de Llobregat, fins a 447 nens i nenes de 5 a 14 anys pateixen obesitat, el 6,51% dels 6.861 infants d’aquesta franja d’edat. El 60% de casos d’obesitat infantil del Prat afecten nens i el 40%, nenes.

Els mals hàbits alimentaris i la manca d’exercici físic i el sedentarisme han convertit el sobrepès i l’obesitat infantil en un dels principals reptes per a la salut arreu del món. A Catalunya, més d’1 de cada 10 nens i nenes pateix obesitat.

L’Ajuntament del Prat de Llobregat s’està coordinant amb els Centres d’Atenció Primària (CAP) per desenvolupar un innovador programa per combatre el sobrepès i l’obesitat infantil. A través de la consulta de pediatria dels CAP, s’han detectat nens i nenes amb excés de pes per derivar-los al nou programa municipal. Sota el lema “Infants actius”, el nou programa vol promoure els hàbits de vida saludables entre els infants i les seves famílies.

El programa, adreçat específicament a infants de 10 a 12 anys, pretén que incorporin a la seva vida diària la **pràctica regular d’activitat física i una alimentació completa, sana i equilibrada**. El projecte, a més, abordarà qüestions relacionades amb **l’afectivitat, la comunicació i les emocions**.

Per això, consta de tot un seguit d’activitats teòriques i pràctiques, relacionades amb la cuina, l’alimentació, la nutrició, el moviment, la cura del cos i la pràctica de l’esport, la dansa i les activitats lúdiques. També es posa el suport psicològic a disposició dels participants.

**Aquestes activitats, que s’inicien avui dijous 18 de gener al Centre d’Esports Municipal (CEM) Sagnier**, finalitzaran a finals del proper mes de maig. A més de les activitats infantils, que es faran dos cops per setmana, n’hi ha sessions quinzenals adreçades a les famílies dels nens i nenes.

El consistori ha finançat el 80% del cost del programa durant aquesta experiència pilot, que beneficiarà 14 nens i nenes del Prat de Llobregat. A



hores d'ara, totes les places estan cobertes, però, si es produís alguna baixa, es podrien incorporar nous infants fins al final del programa.

En el cas concret de Prat de Llobregat, fins a 447 nens i nenes de 5 a 14 anys pateixen obesitat, el 6,51% dels 6.861 infants d'aquesta franja d'edat. La taxa d'obesitat infantil al Prat és menor que la mitjana catalana (12%), tot i que, segons els especialistes, la xifra real podria ser superior, pel marge d'error del sistema de registre.

**La taxa d'obesitat infantil és superior en la franja de 10 a 14 anys (7,21%) que en la compresa entre els 5 i els 9 anys (5,9%).** D'aquí, que el projecte infants actius centri els esforços en la primera franja d'edat. També cal destacar que el 60% de casos d'obesitat infantil del Prat afecten nens i el 40%, nenes.

### **El sobrepès i l'obesitat infantil, gran repte per a la salut arreu del món**

L'entorn alimentari i els hàbits no saludables, així com el sedentarisme són les principals causes que comporten l'aparició de l'obesitat. L'entorn familiar i escolar influeixen notablement en aquestes conductes. L'obesitat impacta negativament sobre la salut a curt i a llarg termini, sobre el rendiment escolar i sobre la qualitat de vida.

A més, **l'obesitat està associada amb les principals malalties cròniques, com les cardiovasculars, la diabetis de tipus 2, la hipertensió arterial i certs tipus de càncer.** A més, comporta major risc de partir aquestes malalties i de mortalitat per qualsevol d'aquestes causes.

A Catalunya, segons dades de la darrera Enquesta de Salut Pública de Catalunya (ESCA), corresponent a l'any 2016, el 34,2% de la població de 6 a 12 anys té excés de pes: el 22,2% sobrepès i el 12% obesitat. L'obesitat és més elevada entre els infants de les famílies amb menys recursos econòmics.

Organismes internacionals com l'Organització Mundial de la Salut (OMS) alerten que l'obesitat infantil s'ha quadruplicat arreu de l'Estat espanyol durant les darreres 4 dècades. Arreu de l'Estat, el 27,8% dels infants pateix excés de pes i 1 de cada 10 pateix obesitat, segons la darrera Enquesta Nacional de Salut publicada (2011-2012).

**El Prat de Llobregat, 18 de gener de 2018**