

Un proyecto transfronterizo previene la obesidad y mejora la condición física de escolares de Navarra y Francia

Denominado ANETO, ha intervenido durante los dos últimos años en más de un millar de alumnos y alumnas de 6 y 7 años

Jueves, 12 de noviembre de 2020



 Miguel Angel Pozueta, Cecilia Gómez, del programa Aneto, la consejera Rebeca Esnaola y Esteban Gorostiaga.

El Instituto Navarro del Deporte y la Fundación Miguel Induráin Fundazioa, junto con sus socios franceses, han presentado las conclusiones del programa transfronterizo ANETO, iniciado en 2018. De los trabajos realizados con más de un millar de alumnos y alumnas de medio centenar de centros de enseñanza de Navarra y de Pirineos Atlánticos (Francia) se desprende que con el desarrollo de este proyecto “se previene la obesidad infantil y se mejora la condición física de los escolares”.

Este programa educativo se puso en marcha en el arranque del curso 2018-2019 y ha constado de tres fases diferenciadas, la primera de preparación, la segunda de intervención y la tercera y última de análisis de los resultados obtenidos y valoración del trabajo realizado.

Navarra ha participado con 592 niños y niñas de 6-7 años, divididos en 2 grupos. El primero, el de grupo intervención, a cuyos escolares se les efectuaron test antropométricos y físicos al comienzo y al final del curso; se les ofreció formación en educación nutricional, y se realizaron una hora semanal más de actividad física escolar. El segundo, el grupo control, al que sólo se le realizó test al comienzo y al final del curso, sin más intervención.

Mejoras físicas en el alumnado

Los estudios registrados al inicio y al final del proceso presentan las siguientes mejoras físicas en el alumnado en el primer bloque, el denominado grupo intervención:

- Aumento mínimo del grosor de los pliegues cutáneos, reflejo indirecto de la cantidad de grasa corporal: +1,6% en niñas y +2,3% en niños intervenidos, frente al aumento de 7,7% en niñas y 4,9% en niños del grupo control.
- Aumento en un 30% de la resistencia cardiovascular, lo que supone el doble respecto al grupo control

En la presentación de resultados han participado Rebeca Esnaola, consejera de Cultura y Deporte del Gobierno de Navarra; Esteban Gorostiaga, director del Centro de Estudios e Investigación del Deporte; Sandrine Lafargue, consejera delegada Agenda 21 y Desarrollo Sostenible de Pirineos Atlánticos; Jean-Denis Poignet, director territorial de Canopé Nouvelle-Aquitaine, y Patrick Joubert, presidente de USEP 64 (L'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré).

Estudios internacionales recientes han demostrado que el alumno o alumna con menor obesidad y mejor salud cardiovascular tiene más posibilidades de mejorar su capacidad cognitiva, su autoconfianza y su rendimiento escolar, y presenta menos riesgo de sufrir estigmatización y discriminación debido a su enfermedad.

También se ha probado con estas acciones que se combate la pandemia de la obesidad infantil, que acarrea un elevado gasto sanitario y social que puede llegar a colapsar el sistema sanitario en un futuro.

Toda la información, materiales didácticos y divulgativos empleados se puede encontrar en la página web www.aneto.eu. En ésta se ha incorporado una aplicación informática que permite al profesorado introducir los datos de las evaluaciones físicas y generar automáticamente informes para las familias. Además, se puede incluir un diagnóstico sobre la condición física de sus hijos e hijas. Esta aplicación también puede

estar disponible para los colegios.

Filosofía ANETO

Enmarcado dentro del Programa POCTEFA de la Unión Europea, ANETO es un proyecto integral de prevención de la obesidad infantil en escolares de 6-7 años de la zona transfronteriza entre Francia y Navarra. Implica tanto a los niños y niñas como a sus familias, al entorno educativo y a diferentes instituciones y organismos públicos y privados para disminuir las cifras de sobrepeso y obesidad.

Concretamente, fue puesto en marcha en 2018 y se ha convertido en estos tres años de trabajo en una herramienta pedagógica y de supervisión que ha mejorado la alimentación, la condición física y la salud del alumnado con el que se ha trabajado.

Los objetivos que persigue el proyecto ANETO son los siguientes:

- Prevenir y tratar el sobrepeso y la obesidad por medio de un programa de educación integral transfronterizo de hábitos alimentarios saludables y actividad física en el colegio, comunidad y familia.
- Sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de una alimentación adecuada y de la práctica del ejercicio físico desde los primeros años de vida.
- Analizar los efectos combinados del aumento de la actividad física y la mejora de la alimentación en la composición corporal y aptitud física.
- Crear las bases de una red educativa transfronteriza y europea para favorecer la interacción entre las escuelas y el intercambio de buenas prácticas.

Apoyo europeo

La iniciativa ha contado con un presupuesto de 932.000 euros cofinanciado al 65% por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER), Proyecto POCTEFA. El trabajo que han realizado expertos y expertas de la medicina, la nutrición y la actividad física en cada centro con cada alumno, se completó con cuatro jornadas de convivencia en territorio francés y navarro.

En estas actividades los escolares aprendieron, por medio de juegos, a cuidar su alimentación y a practicar una actividad física saludable. Así mismo, se editaron un cuento educativo y varias guías didácticas y agendas sobre el tema, se analizaron los menús escolares y se creó una aplicación para el control y gestión de los resultados obtenidos.

Jornada de clausura

El Comité de Pilotaje del proyecto se ha reunido este jueves de manera virtual para compartir los resultados del estudio. Además se ha organizado una jornada abierta a la participación en la que se ha hecho un balance de estos tres años de trabajo.

En su desarrollo han participado Esteban Gorostiaga, médico y director del centro de Investigación y Estudios de Medicina del Deporte (CEIMD); Vicente Martínez Vizcaíno, médico y director del Centro de Estudios Socio-sanitarios de la Universidad de Castilla-La Mancha, que ha ofrecido la charla "Intervenciones de actividad física en el entorno escolar", y Gautier Zunquin, médico endocrinólogo de la Universidad de Pau (Francia), que presenta un nuevo proyecto denominado Capacité 64.

La jornada se puede seguir a través de internet en la página www.aneto.eu. Será retransmitida vía "streaming" con traducción simultánea.