

Nota de prensa, 19 noviembre 2020

El aumento del riesgo de sobrepeso entre los niños, durante la Covid-19, principal preocupación del programa educativo

Mercabarna y AGEM imparten hábitos saludables entre los escolares catalanes durante la crisis sanitaria

Unos 6.500 niños aprenderán a comer sano y a no derrochar los alimentos

La situación de alerta sanitaria actual hace más necesario que nunca mantener una dieta saludable. Por ello, Mercabarna y AGEM (Asociación Gremial de Empresarios Mayoristas de Frutas y Hortalizas de Barcelona y Provincia) han reformulado el programa educativo '5 al día' para adaptarlo a las necesidades del momento y lo han trasladado a las escuelas, en vez de realizarlo en Mercabarna como se hacía hasta ahora, para evitar el desplazamiento de los niños y niñas y disminuir, así, el riesgo de contagio.

Hace 21 años que Mercabarna y AGEM desarrollan '5 al día', para formar a niños de toda Cataluña, a sus familias y escuelas, en hábitos alimentarios saludables. El objetivo de este proyecto educativo es explicar a los escolares de 3º y 4º de primaria la necesidad de consumir 5 raciones diarias de frutas y hortalizas para crecer y mantenerse sanos, según recomienda la OMS (Organización Mundial de la Salud).

'5 al día en la escuela'

Desde el inicio de curso, los monitores de '5 al día' se trasladan a las escuelas, siguiendo los protocolos de seguridad de los Departamentos de Enseñanza y Sanidad de la Generalitat y los de las propias escuelas.

Los alumnos aprenden de manera didáctica y divertida, a través de talleres y juegos, las propiedades saludables de las frutas y hortalizas, cuáles son los productos de cada temporada, la pirámide alimentaria y la importancia de no derrochar los alimentos. Al final de la visita, que es de una hora de duración por clase, se les entrega un obsequio con información para continuar descubriendo en casa, con sus familias, que comer sana y equilibradamente puede ser bueno y divertido.

Durante este 1er trimestre escolar, de octubre a diciembre, los mensajes de '5 al día' habrán llegado a más de 1.500 alumnos y profesores de diferentes escuelas de Cataluña.

En junio, cuando finalice el curso escolar, habrán participado en este programa unas 6.500 personas entre alumnos y maestros de 87 escuelas.

La Covid19 hace el programa más necesario que nunca

Mercabarna y AGEM decidieron ponerse a trabajar en '5 al día en la Escuela' -una adaptación de su programa educativo '5 al día' en las actuales circunstancias sobrevenidas por la pandemia- tras el confinamiento de la pasada primavera.

Ambas entidades consideraron la importancia de mantener el programa ante los numerosos estudios sobre la repercusión del confinamiento en la salud de los niños publicados en todo el mundo, que revelaban, entre otros aspectos, el aumento del sobrepeso, la falta de vitamina D y el incremento de la miopía entre los menores.

El programa educativo '5 al día'

A lo largo de estos 21 años han participado en '5aldia' más de 200.000 personas, entre niños y profesores, de toda Cataluña.

Más información: Roser Lapuente, Responsable de Medios de Comunicación
T. 93 556 35 08/93 556 30 00/610 59 50 24; lapuente@mercabarna.cat