

Plan de promoción de la actividad física y alimentación equilibrada de andalucía

C. Torró García-Morato

*Subdirectora de Promoción de la Salud y Participación.
Secretaría General de Salud Pública y Participación.
Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.*

El Plan de promoción de la actividad física y la alimentación equilibrada (en adelante PAFAE) en Andalucía se puso en marcha en el año 2004¹, como estrategia priorizada del III Plan Andaluz de Salud (2003-2008)².

Plan: meta

Surge como respuesta a la situación de que grandes grupos de población andaluza presenta hábitos de alimentación inadecuados y altas tasas de sedentarismo en tiempo libre, aspectos que repercuten en la prevalencia de factores de riesgo y enfermedades como el sobrepeso/obesidad, hipertensión, síndrome metabólico, hiperlipemia, etc.

El Plan tiene como meta promover la actividad física y la alimentación equilibrada en el conjunto de la población andaluza, como forma de prevenir la enfermedad y la discapacidad, y como forma de promover una vida más saludable en la ciudadanía.

Este plan está basado en estrategias de promoción de salud, y tiene como características básicas la búsqueda de la colaboración intersectorial, el empoderamiento de las personas y de los colectivos, y la mejora en las oportunidades sociales para seguir una alimentación equilibrada. Este plan sigue las líneas planteadas tanto a nivel nacional (Estrategia NAOS)³, como a nivel Europeo⁴.

La acción intersectorial

Uno de los aspectos a destacar es la creación de la Comisión Interdepartamental, para el diseño y desarrollo de las actuaciones realizadas, que está compuesta por instituciones de la Junta de Andalucía (Deportes, Educación, Agricultura, Igualdad y Bienestar Social, etc.), representantes de las corporaciones locales (Federación Andaluza de Municipios y Provincias) federaciones asociaciones de consumidores y usuarios, representantes de sociedades científicas (SANCYD, SAMFYC, ASANEC) y la confederación de empresarios de Andalucía.

Esta Comisión ha permitido que intereses de diferentes instituciones u organizaciones se alineen para conseguir objetivos comunes a todas ellas. Esto ha tenido como consecuencia reanalizar un gran número de actividades por cada uno de los sectores (que se pueden ver en las memorias anuales del plan, publicadas en la web), y en la realización de actividades conjuntas de colaboración entre distintas entidades (programas, actividades formativas, de asesoramiento)

Principales actuaciones realizadas

Ámbito Comunidad

- Proyecto *Rutas para la vida sana*⁵, destinado a promover el hábito de caminar a diario que gran parte de la población ya tiene. El proyecto es desarrollado por las corporaciones locales y recoge medidas de difusión de estas rutas en la población, de mejora del estado y condiciones en las que se encuentra. El proyecto se puso en marcha en el 2007 y actualmente cuenta con 80 municipios andaluces que lo están desarrollando.
- *Por un millón de pasos*⁶, proyecto destinado a las asociaciones y grupos sociales con el propósito de que consigan, en grupo, la meta de caminar un millón de pasos. Este proyecto ha recibido el premio NAOS en su última edición.
- En materia de promoción de buenos hábitos de alimentación, son numerosas las asociaciones y grupos locales que desarrollan proyectos. Concretamente 90 proyectos fueron financiados por la Consejería de Salud, a través de la convocatoria de subvenciones.

Ámbito escolar

- El *Programa de alimentación saludable en la escuela* ((Educación Primaria) se desarrolla con la Consejería de Educación, y que el pasado curso escolar lo desarrollaron 1.120 colegios públicos de Andalucía (49,6% del total de centros públicos y concertados). Entre los temas que se abordan en sus unidades didácticas se encuentra: qué son y función de los grupos de alimentos, la pirámide de la alimentación, el desayuno y las golosinas.
- La web *Comedores saludables*, que se organiza conjuntamente con la Consejería de Educación y la Consejería de Igualdad y Bienestar Social y la Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética (SANCYD). Además de las recomendaciones sobre alimentación y actividad física, la web recoge la normativa existente sobre funcionamiento de los comedores escolares y de otros centros, ofrece ejemplos de menús para 4 semanas, etc. Esta web incorpora un servicio de asesoramiento mediante el cual los responsables de los centros pueden hacer consultas a un equipo de nutricionistas de la SANCYD. Actualmente puede acceder a este servicio los responsables de centros escolares, de personas mayores y de personas con discapacidad.

Ámbito sanitario

- El *Consejo Dietético en Atención Primaria*, es la principal línea de actuación desde los servicios de salud, y consiste en la actuación protocolizada de asesoramiento y actuación para la población con factores de riesgo, en los que la modificación de hábitos de alimentación y actividad física puede mejorar su estado de salud. Debido a su inclusión entre los objetivos del contrato programa de los distritos/Unidades de Gestión Clínica, el pasado año se implantó en el 30% de los centros de salud andaluces, y tiene prevista para este año llegar a más del 40%.
- La *Red de Consejo Dietético* está formada por los profesionales que realizan el Consejo Dietético, además de técnicos de promoción de salud y responsable de los centros.

Cuenta con una plataforma web, como lugar de intercambio de conocimientos y experiencias entre los profesionales. Actualmente el número de miembros es de 300, principalmente profesionales de medicina de familia y de enfermería.

Ámbito laboral

–La estrategia de *Promoción de Salud en el lugar de trabajo*, que se está iniciando con algunas empresas andaluzas, y que incluye actuaciones d información, sensibilización e intervención dirigidas a la población que trabaja, con el fin de reducir el tabaquismo, el sedentarismo y fomentar los hábitos de alimentación equilibrados.

Nuevos retos del PAFAE

En el momento actual está en borrador la segunda edición del PAFAE. Con aspectos diferenciadores con respecto al primer Plan, este se caracteriza por estar basado en los derechos de la ciudadanía recogidos en el borrador de anteproyecto de ley andaluza de salud pública, en el abordaje de las desigualdades sociales según el modelo de determinantes sociales de la salud, por la propuesta de actuaciones basada en la evidencia científica, y por partir de la estrategia de Salud en Todas la Políticas en su marco de relaciones con el resto de los sectores sociales.

Bibliografía

1. Consejería de Salud de la Junta de Andalucía. Plan para la Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada (2004-2008); 2004.
2. Consejería de Salud de la Junta de Andalucía. III Plan Andaluz de Salud 2003-2008; 2003.
3. Estrategia NAOS. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social (MSPS), Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN); 2009. Disponible en: http://www.naos.aesan.msp.es/naos/estrategia/que_es/
4. Libro Verde: Fomentar una alimentación sana y la actividad física: una dimensión europea para la prevención del exceso de peso, la obesidad y las enfermedades crónicas. COM (2005). Bruselas: Comisión de las Comunidades Europeas; 2005. Disponible en: http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/nutrition_gp_es.pdf
5. Consejería de Salud. Junta de Andalucía [sede web]. Consejería de Salud/ Ciudadanía/ Nuestra Salud/ Vida sana/ Alimentación equilibrada y actividad física/ Rutas Para la Vida Sana. Consulta: 24/ 06/ 2011. Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/>
6. Consejería de Salud. Junta de Andalucía [sede web]. Inicio/ Nuestra Salud/ Vida sana/ Por un Millón de Pasos. Consulta: 24/ 06/ 2011. Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/>

El papel de los ayuntamientos en el desarrollo y principios de la estrategia naos

F. Rivas García

Excmo. Ayuntamiento de la Muy Noble y Leal Ciudad de Guadix (Granada).

Equipo de investigación: J.R. Lorente Fernández, M.C. Alcalá González, L. Serrano Cruz, M. Sánchez López y J.A. González Alcalá.

Excmo. Ayuntamiento de la Muy Noble y Leal Ciudad de Guadix (Granada).

En la misma línea que las acciones emprendidas a nivel europeo¹, la Estrategia NAOS (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2005) surge para fomentar una alimentación equilibrada y la práctica regular de actividad física en España. Entre sus distintos ámbitos de actuación se encuentran los ayuntamientos, que por su proximidad a los/as ciudadanos/as, y conocimiento más exhaustivo de sus caracterís-



ticas sociodemográficas, se consideran los actores principales y últimos en el desarrollo de la Estrategia NAOS a nivel local². Cabe destacar que se estima que en España la obesidad, con una prevalencia del 15,5% en adultos y un 16,1% en niños⁴, causa el 7% del gasto sanitario español. Por todo ello, y atendiendo a los problemas de salud pública que genera la obesidad, junto con las competencias municipales en materia de promoción de la salud, es necesario la implicación de los ayuntamientos en el fomento de unos adecuados estilos de vida. En este sentido, es importante que los/as responsables políticos/as de los ayuntamientos desarrollen todas las herramientas que permitan adaptar y desarrollar los principios de la Estrategia NAOS en función de su población y recursos inherentes a su ciudad.

El desarrollo de la Estrategia NAOS en el ámbito local necesita la participación de amplios segmentos de la ciudad, así como el establecimiento de un grupo municipal de trabajo coordinado con objeto de optimizar los recursos municipales disponibles. Considerando los distintos sectores implicados en la prevención de la obesidad y en la promoción de unos hábitos de alimentación saludable, las actividades que se desarrollen deberán abordar los distintos ámbitos de actuación y principios generales recogidos en la Estrategia NAOS.

Las actuaciones municipales se caracterizarán por la intersectorialidad de áreas municipales implicadas, la promoción de la participación ciudadana y de los distintos sectores implicados, así como su continuidad en el tiempo. En este sentido, y aunque será necesario establecer un programa municipal específico, éste contribuirá a la construcción social de estilos de vida saludables basados en la promoción de la actividad física y la alimentación saludable. Todo ello asociado con la creación de un compromiso ciudadano con la salud, y su entorno familiar, social y medioambiental.