

“PROJECTE DE PREVENCIÓ DE L’OBESITAT INFANTIL A BARCELONA (Projecte POIBA)”



RODA DE PREMSA

Dimarts, 3 de juliol de 2012

C S B Consorci Sanitari
de Barcelona

+B Agència
de Salut Pública



**Ajuntament
de Barcelona**



POIBA
Programa de prevenció
de l'obesitat infantil
a Barcelona



POIBA
Programa de prevenció
de l'obesitat infantil
a Barcelona

Guió de la sessió

1. Magnitud del problema.

Dades de sobrepès i obesitat i factors associats dels escolars de Barcelona a l'inici del projecte

2. Intervenció: el Projecte POIBA

3. Conclusions



Magnitud del problema de l'Obesitat

- L'obesitat en l'edat adulta a Espanya era del **14,5%** (17,5% en les dones i 13,2% en els homes) (SEEDO, 2005)
- L'obesitat en infants i joves entre 2 i 24 anys era del **13,9%** fa ara 12 anys (Estudi ENKID, 2000). L'excés de pes, incloent el sobrepès era de **26,3%**.
- En el darrer estudi Aladino, fet per l'Agència Espanyola de Sanitat Alimentària (2011), era del **19,1%** entre nens de 6 a 9 anys (22% en nens i 16,2% en nenes).
- L'excés de pes, incloent sobrepès i obesitat, era de **45,2%** (48,3% en nens i 42,1% en nenes) (Estudi Aladino, 2011)



Principals determinants de l'Obesitat Infantil

Socials

1. Baix nivell socioeconòmic (NSE)
2. Gènere
3. Obesitat parental
4. Factors de l'entorn social i polític: ambient "obesogènic"
5. Immigració

Estils de vida

6. Nutrició i dieta
7. Activitat física
8. Sedentarisme
9. Durada del son

Biològics

10. Pes al néixer

Ambientals

11. Exposició a tòxics (fum ambiental de tabac prenatal, metalls pesats, compostos orgànics persistents (COP) ...)



Dades de sobrepès i obesitat i factors associats dels escolars de Barcelona a l'inici del projecte



Característiques sociodemogràfiques de la mostra

		Nens n (%)	Nenes n (%)	Total n (%)
Sexe		1413 (48,8)	1481 (51,2)	2894 (100)
Edat	mitjana	8,9	8,9	8,9
	8 anys	256 (18,1)	270 (18,2)	526 (18,2)
	9 anys	1092 (77,3)	1159 (78,3)	2251 (77,8)
	10 anys	65 (4,6)	52 (3,5)	117 (4,0)
Nivell socioeconòmic (RFD)				
	Desafavorit)	452 (32,0)	514 (34,7)	966 (33,4)
	Afavorit)	961 (68,0)	967 (65,3)	1928 (66,6)
Titularitat de l'escola				
	Pública	512 (36,2)	561 (37,9)	1073 (37,1)
	Concertada/Privada	901 (63,8)	920 (62,1)	1821 (62,9)



Normopès, Sobrepès i Obesitat, segons àmbit geogràfic

	ESPANYA Estudi ALADINO (2010-11) n (%)	CATALUNYA Estudi ALADINO (2010-11) n (%)	BARCELONA Estudi POIBA (2010-11) n (%)
Normopès	4342 (54,8)	663 (57,5)	1.852 (64,0)
Sobrepès	2068 (26,1)	297 (25,7)	584 (20,2)
Obesitat	1513 (19,1)	194 (16,8)	458 (15,8)



Normopès, Sobrepès i Obesitat, segons sexe

	Nens n (%)	Nenes n (%)	Total n (%)
Normopès	884 (62,5)	968 (65,3) *	1.852 (64,0)
Sobrepès	274 (19,4)	310 (20,9)	584 (20,2)
Obesitat	255 (18,0) **	203 (13,0)	458 (15,8)



Normopès, Sobrepès i Obesitat, segons nivell socioeconòmic¹

	RFD<85 (NSE desafavorit) n (%)	RFD>85 (NSE afavorit) n (%)	Total n (%)
Normopès	573 (59,4)	1.279 (66,4) *	1.852 (64,0)
Sobrepès	190 (19,7)	394 (20,4)	584 (20,2)
Obesitat	203 (21,0)*	255 (13,2)	458 (15,8)

¹El nivell socioeconòmic s'ha mesurat a partir de l'indicador de la Renda Familiar Disponible (RFD)



Conducta alimentària, segons sexe

	Nens n (%)	Nenes n (%)	Total n (%)
Sopar davant de la TV*			
SÍ	668 (49,3) *	608 (43,1)	1276 (46,1)
NO	686 (50,7)	803 (56,9)	1489 (53,9)
Menjar en establiments de fast-food regularment *			
SÍ	229 (16,9) *	141 (10,0)	370 (13,4)
NO	1119 (83,3)	1265 (90,3)	2384 (86,9)



Conducta alimentària (2), segons IMC

	Normopès n (%)	Sobrepès/Obesitat n (%)
Dinar a l'escola		
SÍ	1438 (83,7)	777 (78,2)
NO	281 (16,5)	219 (21,4)*
Menjar sol (dinar o sopar)		
SÍ	50 (2,9)	45 (4,5)*
NO	1651 (97,1)	976 (95,4)



Conducta alimentària (3), segons IMC

	Normopès n (%)	Sobrepès/Obesitat n (%)
Sopar davant de la TV**		
SÍ	744 (43,2)	502 (50,4)*
NO	965 (56,8)	507 (49,6)
Menjar en establiments de fast-food regularment		
SÍ	239 (13,7)	122 (12,0)
NO	1460 (86,3)	890 (88,0)



Freqüència d'ús d'aliments menys saludables, segons sexe

	Nois		Noies	
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
(racions)	< 1cop/dia	= > 1 cop/dia	< 1cop/dia	= > 1 cop/dia
PATATES FREGIDES*	990 (74,2)	345 (25,8)	1098 (79,2)	289 (20,8)
PATATES CHIPS*	1005 (73,3)	330 (24,7)	1110 (80,1)	275 (19,9)
POSTRES LACTIS*	742 (55,6)	592 (44,4)	867 (62,6)	518 (37,4)
BRIXERIA*	942 (70,6)	392 (29,4)	1066 (77,1)	316 (22,9)
REFRESCOS*	889 (66,5)	447 (33,5)	1047 (75,5)	340 (24,5)



Freqüència d'ús d'aliments menys saludables, segons IMC

	Normopès		Sobrepès/Obesitat	
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
(racions)	< 1cop/dia	= > 1 cop/dia	< 1cop/dia	= > 1 cop/dia
PATATES FREGIDES	1304 (76,9)	392 (23,1)	750 (77,0)	224 (23,0)
PATATES CHIPS	1322 (77,9)	374 (22,1)	753 (77,5)	219 (22,5)
POSTRES LACTIS	1018 (60,1)	677 (39,9)	558 (57,4)	414 (42,6)
BRIXERIA	1254 (74,1)	439 (25,9)	720 (74,1)	252 (25,9)
REFRESCOS*	1231 (72,6)	465 (27,4)	670 (68,7)	305 (31,3)

Activitat física en el pati escolar i temps lliure, segons sexe

	Nens n (%)	Nenes n (%)
Joc mogut al pati escolar	975 (91,5)*	900 (84,5)
Joc sedentari al pati escolar	30 (2,8)	77 (7,2)*
Altres (canviar cromos, a imaginar, a espiar,...)	60 (5,6)	88 (8,3)*
Joc mogut en el temps lliure (més d'un dia a la setmana)		
SÍ	523 (52,7)*	360 (38,5)
NO	469 (47,3)	575 (61,5)*



Activitat física en el pati escolar i temps lliure, segons IMC

	Normopès n (%)	Sobrepès/Obesitat n (%)
Joc mogut al pati escolar	1117 (87,7)	731 (88,5)
Joc sedentari al pati escolar	39 (4,7)	65 (5,1)
Altres (canviar cromos, a imaginar, a espiar,...)	92 (7,2)	56 (6,8)
Joc mogut en el temps lliure (més d'un dia a la setmana)		
SÍ	551 (46,7)	321 (44,5)
NO	628 (53,3)	401 (55,5)



Pràctica d'activitat física extraescolar, segons sexe

	Nens	Nenes	Total
	n (%)	n (%)	n (%)
No fa activitat física extraescolar	227 (18,6)	375 (28,6)*	602 (23,8)
1 hora d'activitat física extraescolar a la setmana	111 (9,1)	193 (14,7)	304 (12,0)
2 hores d'activitat física extraescolar a la setmana	358 (29,4)	382 (29,2)	740 (29,3)
Més de 2 hores d'activitat física extraescolar a la setmana	523 (42,9)*	360 (27,5)	883 (34,9)



Temps diari destinat a “pantalles”, segons sexe

	Nois		Noies	
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
<i>Dies laborables (dilluns a dijous)</i>				
	< 2 hores	= > 2 hores	< 2 hores	= > 2 hores
TV + DVD + Videojocs	731 (59,3)	502 (40,7)*	948 (71,4)	379 (28,6)
Ordinador (fora de classe)	1005 (81,5)	228 (18,5)*	1175 (88,5)	152 (11,5)
Total PANTALLES	669 (54,3)	564 (45,7)*	891 (67,1)	436 (32,9)
<i>Dies del cap de setmana (divendres a diumenge)</i>				
TV + DVD + Videojocs	509 (41,3)	724 (58,7)*	753 (56,7)	574 (43,3)
Ordinador (fora de classe)	917 (74,4)	316 (25,6)*	1103 (83,1)	224 (16,9)
Total PANTALLES	448 (36,3)	785 (63,7)*	703 (53,0)	624 (47,0)



Temps diari destinat a “pantalles”, segons IMC

	Normopès		Sobrepès/Obesitat	
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
<i>Dies laborables (dilluns a dijous)</i>				
	< 2 hores	= > 2 hores	< 2 hores	= > 2 hores
TV + DVD + Videojocs	1061 (68,3)	493 (31,7)	594 (61,3)	375 (38,7)*
Ordinador (fora de classe)	1346 (86,6)	208 (13,4)	804 (83,0)	165 (17,0)*
Total PANTALLES	991 (63,8)	563 (36,2)	545 (56,2)	424 (43,8)*
<i>Dies del cap de setmana (divendres a diumenge)</i>				
TV + DVD + Videojocs	781 (50,3)	773 (49,7)	463 (47,8)	506 (52,2)
Ordinador (fora de classe)	1235 (79,5)	319 (20,5)	757 (78,1)	212 (21,9)
Total PANTALLES	720 (46,3)	834 (53,7)	416 (42,9)	553 (57,1)

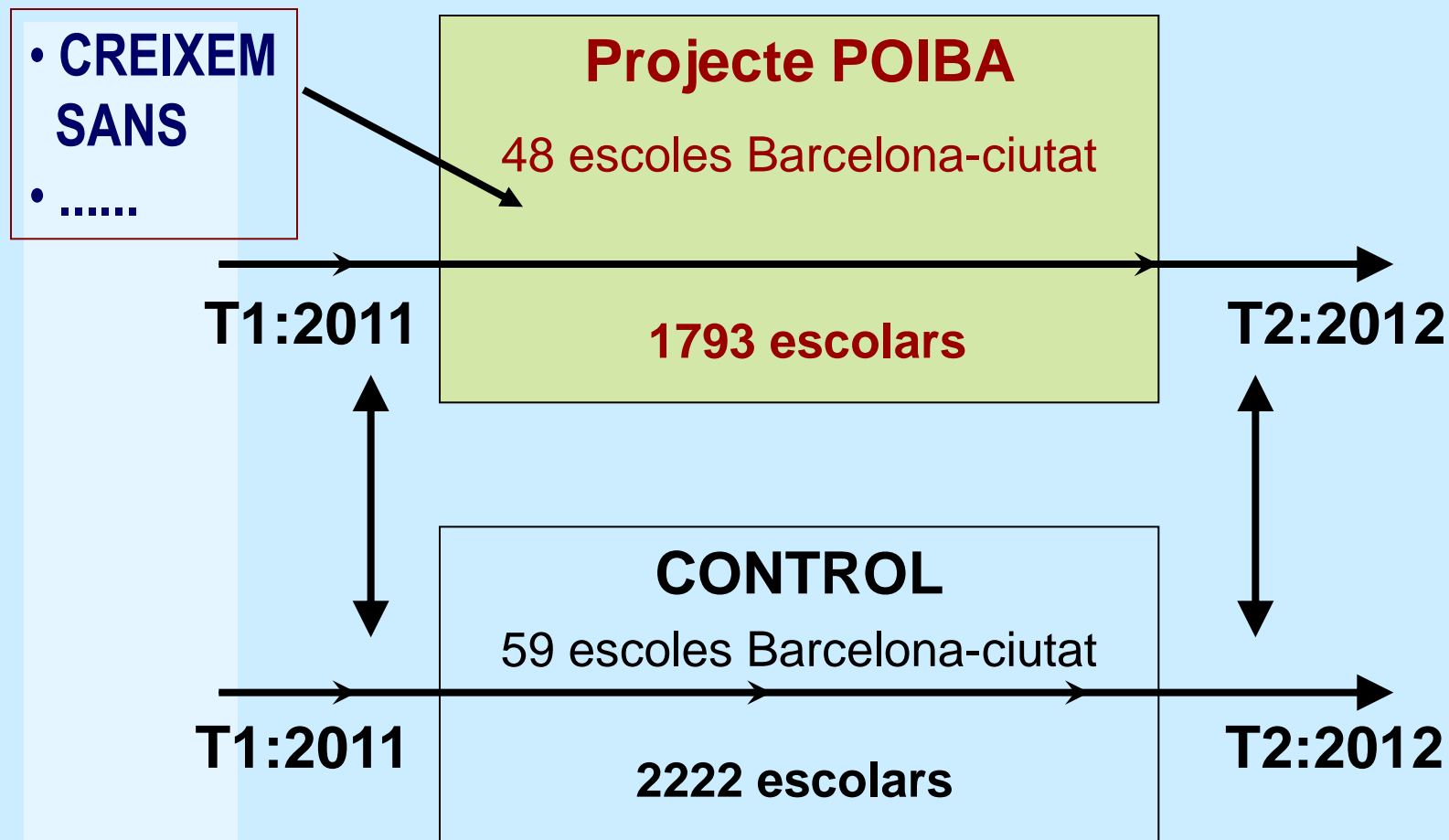


Intervenció: el projecte POIBA



Projecte "POIBA" (Prev. Obesitat infantil)

(Barcelona, 2010-2012)





Mesures per avaluar la intervenció

Sobre els resultats de SOBREPÈS i OBESITAT:

- **Exploracions antropomètriques:** mesura del pes i talla (IMC), plec tric립ital i circumferència abdominal.

Sobre la condició física, com marcador cardiovascular:

- **Proves de condició física,** portades a terme pels professors d'Educació Física. Exploració de la força muscular, la condició cardiorrespiratòria, la velocitat, agilitat i coordinació.

Sobre els factors associats de l'estil de vida (alimentació, activitat física) a l'obesitat infantil:

- **Enquestes** dels nens i nenes:



- **Enquestes** de les famílies:





INTERVENCIÓ MULTINIVELL DE PREVENCIÓ DE L'OBESITAT INFANTIL



Unitat didàctica escolar
sobre **ALIMENTACIÓ
SALUDABLE I HÀBITS
D'ACTIVITAT I DESCANS**

Nivell individual



Taller per a les famílies
sobre **ALIMETACIÓ
SALUDABLE I HÀBITS
D'ACTIVITAT I DESCANS**

Nivell familiar



Intervenció
**ESCOLAR I
Extra-ESCOLAR
sobre ACTIVITAT
FÍSICA I ESPORT**

Nivell individual



Conjunt d'accions
a l'**ESCOLA** i al **BARRI**
per a un **ENTORN** més
SALUDABLE

**Nivell escolar i
comunitari**



Unitat d'Educació per a la Salut "CREIXEM SANS"

Continguts

Unitat d'Educació per a la Salut sobre ALIMENTACIÓ SALUDABLE I HÀBITS d'ACTIVITAT I DESCANS:

"CREIXEM SANS"

- L'Alimentació i Nutrició és part del currículum de 4t. Primària.
- Especial atenció als hàbits sedentaris (principalment al temps esmerçat en "consum de pantalles" (ordinador, videojocs, TV...)).
- Atenció al número d'hores i higiene de la son.
- Potenciació del moviment i de l'activitat física.
- El responsable d'impartir la unitat és el docent.
- 9 sessions en 10-13 hores.



Unitat d'Educació per a la Salut "CREIXEM SANS"

Plataforma audiovisual, Fundació Catalana de l'Esplai

902 91 00 50
www.esplai.org

Tasta'm,
sabràs el que és bo!

Les aventures
EDU NATURA

L'ELLA DELS ALIMENTS
mes informació

ACCÉS
Tipus d'usuari/te:
 Prof/Mest Monitor Alumne
Usuari:
Contrassenya:
Entrar

Acompanya'ns en aquesta Aventura
mes informació

Àlbum Virtual
mes informació

Àrea de professorat

Àrea de famílies

Àrea de monitors/es

© 2011 Tasta'm | Política de privacitat



Materials

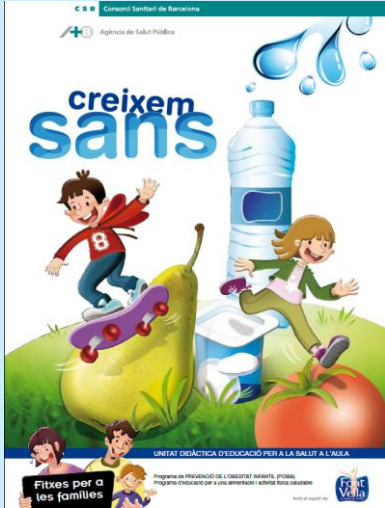
EDUCADOR/A



ALUMNE/A



FAMÍLIA





INTERVENCIÓ SOBRE ACTIVITAT FÍSICA

Promoció activa en el grup i control individual de cada escolar.
Mínim **d'exercici físic setmanal: 6 hores**



2 hores

+

2 hores

+

2 hores



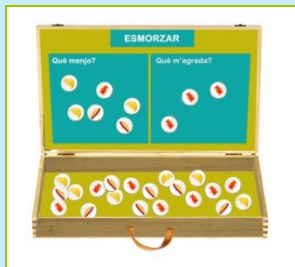
TALLER ADREÇAT A LES FAMÍLIES

Continguts

Taller preventiu sobre ALIMENTACIÓ SALUDABLE i HÀBITS d'ACTIVITAT i DESCANS:

- Dissenyat amb Marinva, empresa experta en dinamització comunitària.
- S'han portat a terme **30** en els quatre districtes d'intervenció.
- **5 temes** (5 maletes amb material gràfic, visual i senzill):
 - 1-Esmorzar saludable;
 - 2-Composició del sopar;
 - 3-Anar a dormir i son;
 - 4-Activitats sedentàries: pantalles...
 - 5-Lleure en família





TALLER ADREÇAT A LES FAMÍLIES

Un pla pel canvi



Una família saludable

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge

Temps de descans suficient, 9-10h diàries.



Un esmorzar complet amb cereals, fruita, làctics, etc.



Augment de consum de fruita, hortalisses i verdura. Mínim 4 racions al dia.



Activitat física regular.



Reducció del temps davant les pantalles.



Primera setmana...

Segona setmana...

Tercera setmana...

Quarta setmana...



Conclusions

C S B Consorci Sanitari
de Barcelona



Agència
de Salut Pública



**Ajuntament
de Barcelona**



POIBA
Programa de prevenció
de l'obesitat infantil
a Barcelona

1. Un de cada 3 nens i nenes de 8-9 anys de la ciutat de Barcelona té excés de pes, dels quals aproximadament la meitat (16%) presenten obesitat.
2. L'obesitat és més freqüent entre els nens, que també fan un ús més freqüent dels aliments menys saludables i obesogènics (brioxeria, aperitius, refrescos...) i de les pantalles (TV, videojocs, ordinador...).
3. L'obesitat infantil és més freqüent en els ambients més desafavorits.
4. Dinar a l'escola i menjar acompanyat i sense la presència de la televisió són factors protectors del sobrepès i de l'obesitat infantil.

5. L'augment de l'activitat física i un ús de les pantalles (TV, videojocs, ordinador...) menor a 2 hores diàries protegeixen de l'excés de pes.
6. A Barcelona s'està realitzant una intervenció multicomponent i multinivell per a prevenir el sobrepès i l'obesitat infantil:
 - A l'escola, integrada en el currículum, a través del programa "Creixem Sans" (nivell individual);
 - Estimulant la pràctica d'activitat física escolar i extraescolar (6 hores setmanals) (nivell individual);
 - Implicant a les famílies, a través del taller "Un pla pel canvi" (nivell familiar);
 - I revisant les condicions de l'entorn escolar per a l'alimentació i activitat física saludable (nivell comunitari).



Equip de treball

C S B Consorci Sanitari de Barcelona

 Agència de Salut Pública



Ajuntament de Barcelona

- ✓ Servei d'Avaluació i Mètodes d'Intervenció
- ✓ Servei de Salut Comunitària
- ✓ Servei de Programes i Intervencions Preventives



Generalitat de Catalunya

Agència de Salut Pública de Catalunya

Pla Integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable (PAAS)



Generalitat de Catalunya
www.gencat.cat

AGÈNCIA D'AVALUACIÓ, INFORMACIÓ I QUALITAT EN SALUT (AIAQS)

Amb la col·laboració de:



Fundació Catalana de l'Esplai



Institut Municipal d'Educació de Barcelona

Ajuntament  de Manresa

Amb el finançament i patrocini de:



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE ECONOMÍA Y COMPETITIVIDAD



Instituto de Salud Carlos III

