

**40** Monarquia. Beatriu d'Holanda abdica a favor del seu fill després de 33 anys al tron.

**44** Certàmens. La sociofòbia, argument del film que obre demà el 'Cafè curt'.



## ALIMENTACIÓ PROGRAMA

# Lluita contra el sobrepès

Deu investigadors posen en marxa un estudi per provar l'eficàcia del programa lleidatà Nereu de prevenció de l'obesitat i el sedentarisme infantil || Hi participaran 120 nens de 6 a 12 anys

## R. RÍOS

LLEIDA | Una desena de professionals lleidatans, entre metges, infermeres, endocrins i nutricionistes, investigaran durant els pròxims tres anys per a demostrar l'eficàcia del programa Nereu de prevenció de l'obesitat i el sedentarisme infantil, que va nàixer a Lleida fa set anys i que ja ha ajudat més de 1.200 famílies de la província, 'receptant' exercici als nens i canviant els hàbits alimentaris dels adults. Gràcies a una beca de l'Institut de Salut Carlos III de més de 33.000 euros, aquests investigadors (de l'Institut Català de la Salut, l'Associació Nereu, Inefc-Lleida, Unitat de Suport a la Recerca a Atenció Primària de l'IDIAP Jordi Gol i l'hospital Arnau de Vilanova) provaran científicament els seus resultats i la seua viabilitat com a eina d'intervenció sanitària per tractar o prevenir el sobrepès en nens. A través d'una dotzena d'equips de Pediatria de Lleida ciutat, s'elegiran 120 nens de sis a 12 anys entre els participants del programa Nereu del pròxim curs escolar. A tots ells se'ls valorarà a l'inici els hàbits alimentaris, l'activitat física que duen a terme, aspectes psicològics i riscos cardiovasculars, i se'ls repetirà el mateix examen al final del programa, als sis mesos i a l'any, amb l'objectiu d'enriquir la credibilitat d'aquest pla. "Des de la primera edició hem valorat els resultats, però mai d'una forma tan exhaustiva. Nosaltres sabem que el programa funciona, però

## PRESSUPOST

L'estudi durarà tres anys gràcies a una beca de l'Institut de Salut Carlos III de més de 33.000 euros

aquesta investigació és una manera de demostrar la seua eficàcia perquè els pediatres ho tinguin en compte en aquests casos", expliquen des de l'Associació Nereu, l'entitat que s'encarrega d'aquest pla.

D'altra banda, aquesta entitat sense ànim de lucre que duu a terme el programa i Plusfresc han arribat a un acord perquè la cadena de supermercats es converteixi en patrocinador del Nereu amb aportació econòmica i organització conjunta d'activitats.



Foto de família del grup de professionals que participaran a l'estudi per avaluar l'eficàcia del programa Nereu.

## LES CLAUS DEL PROGRAMA

## INFORME Obesitat i sobrepès en el 45,2% dels nens

■ L'excés de pes és un problema de salut pública a Espanya, tant en la població adulta com entre els nens i adolescents. Segons un informe de l'Enquesta Nacional de Salut, el 55% dels adults presenten excés de pes, mentre que més del 45% dels nens d'entre sis i nou anys pateixen obesitat o sobrepès, segons l'estudi Aladino de l'Agència Espanyola de Seguridad Alimentaria. Aquests índexs s'han doblat en els últims deu anys i ja són superiors als que es registren als Estats Units.

**1.242**  
FAMÍLIES

Des que s'engegués el programa Nereu el 2006, són 1.242 les famílies que hi han participat directament.

**22**  
LOCALITATS

El programa Nereu es va iniciar a Lleida, però s'ha anat estenent per la província i ja es duu a terme a 22 localitats.



### Què és el programa Nereu?

■ És un programa educatiu de salut que pretén promocionar un estil de vida actiu i saludable mitjançant activitat física i alimentació en nens de sis a 12 anys i en les seues famílies per prevenir i tractar el sedentarisme i l'obesitat.

### Qui el duu a terme?

■ L'Associació Nereu és una entitat formada per un equip interdisciplinari de professionals.

### En què consisteix?

■ El pediatre 'prescriu' exercici físic al nen per tractar o prevenir un problema de sobrepès i el deriva al Nereu. Aquí, els professionals supervisen l'activitat física en tres sessions setmanals durant un període de nou mesos.

### Famílies també implicades

■ El programa Nereu també està dirigit a les famílies dels menors en els quals es pretén combatre o prevenir l'obesitat i el sedentarisme. En el cas dels adults, reben assessorament durant els nou mesos que dura en una sessió setmanal sobre hàbits alimentaris.

### Quins resultats dona?

■ Els responsables del Nereu, que es duu a terme gràcies a la Diputació (subvencionant el programa), la Paeria (aportant tècnics i instal·lacions) i l'Agència de Salut Pública, asseguren que el 80% dels nens que han participat ha millorat la seua dieta i ha continuat fent exercici físic després del programa.

### Un programa premiat

■ La conselleria de Salut va distingir el 2010 el Nereu com el millor pla integral de Catalunya per a la promoció de l'activitat física i l'alimentació saludable.



Nens en una activitat del Nereu.