

La Fundació Agrupació da pautas a 95 alumnos de la Escuela Joan Maragall de Sabadell para evitar la obesidad y la malnutrición

- **Con la Gincana de la dieta mediterránea, los participantes aprenden jugando qué deben comer para seguir una dieta saludable.**
- **Declarada Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2010, la dieta mediterránea está considerada por los expertos como el mejor antídoto contra la malnutrición y la obesidad.**

24 de febrero de 2015 -. **Los niños y niñas que padecen obesidad tienen un 70% de probabilidades de continuar siendo obesos cuando crezcan.** Así lo afirman los expertos, quienes defienden que la infancia es la mejor etapa para enseñar a los más pequeños la importancia que tiene comer sano para su salud. La **Fundació Agrupació**, como entidad de referencia en la la promoción de hábitos saludables, celebra mañana **miércoles a las 9.00h en la Escuela Joan Maragall de Sabadell** la **Gincana de la dieta mediterránea**, una iniciativa destinada a mostrar a los niños y niñas participantes qué deben hacer para llevar una dieta equilibrada.

En total participarán **95 alumnos** del centro, que pasarán de prueba en prueba jugando y haciendo manualidades, además de cocinar platos sencillos como ensaladas, bocadillos y zumos de naranja.

“En la actualidad, sólo un 8% de los niños come las 5 raciones de fruta diarias que la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda para mantener una alimentación saludable”, explica la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**. Esta situación, sumada a que las dietas de los más pequeños aún contienen elevadas dosis de sal, grasas y azúcar, hace que la obesidad sea una problemática importante entre este colectivo. **“Con esta actividad, enseñamos a los niños los alimentos que conforman la base de la dieta mediterránea, explicándoles qué les aporta cada ingrediente y por qué es importante que lo consuman”**, añade Playà.

Declarada Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2010, la dieta mediterránea está considerada por los expertos como el principal antídoto contra la malnutrición y la obesidad.

Convocatoria de prensa: GINCANA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN SABADELL

Fecha: Miércoles 25 de febrero de 2015

Horario: De 9.00 a 11.00 horas

Lugar: Escuela Joan Maragall (Passatge de les Escoles, 2) **SABADELL**

Tipo de acto: Gincana infantil–familiar

Organiza: Fundació Agrupació

Para confirmar asistencia de prensa y más información: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 (ldelafuente@ecofirma.es)

Sobre la Fundació Agrupació

La **Fundació Agrupació** nació en el año 1993 para canalizar la acción social de **Agrupació** y convertir en hechos la sensibilidad y la implicación con sus 340.000 socios asegurados y con toda la sociedad, especialmente con la gente mayor, la infancia y la juventud y las personas discapacitadas.

La prevención es el eje troncal de la **Fundació Agrupació**, que fomenta hábitos saludables para evitar, retardar o paliar situaciones de dependencia física o psíquica y buscar al máximo la autonomía personal. De esta manera, la Fundació trabaja acerca de la alimentación, la actividad física y mental o las relaciones sociales. Además, promueve la formación a través de la realización de cursos y actividades formativas, a la vez que da apoyo a proyectos de investigación acerca de los colectivos con los que trabaja.