

95 alumnos de la Escuela Tarragona de Tarragona aprenden pautas para evitar la obesidad y la malnutrición con la Fundació Agrupació

- La finalidad de la Gincana de la dieta mediterránea es que los participantes aprendan jugando cuáles son los alimentos que les permitirán 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.

2 de marzo de 2015 -. **Los niños y niñas que padecen obesidad tienen un 70% de probabilidades de continuar siendo obesos cuando sean mayores.** 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 promoción de los hábitos saludables, celebra el próximo **miércoles a las 9.00h en la Escuela Tarragona de Tarragona la Gincana de la dieta mediterránea**, una iniciativa destinada a enseñar a los niños y niñas los valores nutricionales de los alimentos para que puedan seguir una dieta equilibrada.

En total participarán 95 alumnos de tercero y cuarto de primaria, que pasarán de prueba en prueba para entender por qué los expertos defienden que la dieta mediterránea, declarada Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2010, es el principal antídoto contra la malnutrición y la obesidad. **“A través de juegos y talleres de cocina, les enseñamos qué alimentos constituyen la base de esta dieta, explicándoles qué les aporta cada ingrediente y por qué es importante que los consuman”**, explica la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**.

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. Las grasas, la sal y el azúcar se encuentran aún en dosis elevadas en la dieta de la población infantil, un hecho que provoca que la obesidad sea importante dentro de este colectivo.

Convocatoria de prensa: GINCANA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN TARRAGONA

Fecha: Miércoles 4 de marzo de 2015

Horario: De 9.00 a 11.00 horas

Lugar: Escuela Tarragona (C/ Guillem Oliver, 3) **TARRAGONA**

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 va néixer l'any 1993 per tal de canalitzar l'acció social d'Agrupació i convertir en fets la seva sensibilitat i implicació amb els seus 300.000 socis assegurats i amb tota la societat, especialment amb la gent gran, infància i joventut i les persones discapacitades.

La prevenció és l'eix troncal de la Fundació Agrupació, que fomenta hàbits saludables per tal d'evitar, retardar o pal·liar situacions de dependència física o psíquica i buscar al màxim l'autonomia personal. D'aquesta manera, la Fundació treballa sobre l'alimentació, l'activitat física i mental o les relacions socials. A més, promou la formació a través de la realització de cursos i activitats formatives, a la vegada que dóna suport a projectes de recerca i d'investigació sobre els col·lectius amb què treballa.