

VI Congreso AND

Nutrición con el corazón: Dietas Plant-Based en el ejercicio profesional



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES DE
Dietistas-Nutricionistas

BARCELONA



www.renhyd.org

RESUMEN DE PONENCIA

25 de noviembre de 2023

Diálogos con la industria
alimentaria y farmacéutica

PONENCIA_4

Proyecto La Pandi. Herramienta educativa para la promoción del consumo de vegetales en niños

Javier Bernabeu^{1,*}, Amparo Pellicer², Caridad Plaza³

¹Director General, Sakata Seed Ibérica S. L., España. ²Responsable de Responsabilidad Social Corporativa, Sakata Seed Ibérica S.L., España. ³Responsable de Comunicación, Sakata Seed Ibérica S. L., España.

*javier.bernabeu@sakata.eu

Introducción:

Según el Estudio ALADINO 2019¹, 4 de cada 10 escolares de edades comprendidas entre 6 y 10 años tienen sobrepeso u obesidad. Alrededor del 55% de los niños con obesidad la mantendrán en la adolescencia, y alrededor del 70% seguirán con obesidad después de los 30 años², aumentando el riesgo de comorbilidades³.

La adherencia a patrones dietéticos basados en plantas, como la dieta mediterránea, se ha asociado con menor riesgo de enfermedades crónicas^{4,5}. Entre los resultados del estudio PASOS publicado en 2022, se ha constatado una baja adherencia a la dieta mediterránea en niños y adolescentes⁶. En cuanto a la alimentación y al consumo de frutas y hortalizas, según la encuesta de Enalia⁷, 2013-2014, un 26% de niños y adolescentes no consumen frutas a diario, cifra que aumenta hasta un 65% en el caso de las verduras.

Ante esta preocupante situación, donde se pone en peligro la salud de las personas, Sakata, se plantea, alrededor del 2009, formar parte de la Junta Directiva de 5 al día y enfocar su responsabilidad social corporativa (RSC) hacia la promoción del consumo de frutas y hortalizas.

Metodología:

En 2013 se crea e implementa en los colegios un proyecto educativo llamado "La Pandi", que se mejora y amplía en 2018. El objetivo del proyecto es promover una alimentación saludable en los niños de 3 a 10 años, especialmente a través de la promoción del consumo de frutas y hortalizas. Se crea como herramienta útil para educar mediante el juego (gamificación) y el entretenimiento y en un ambiente diferente al de casa, más distendido, como es el colegio. A finales de 2018, se crean los 7 personajes de "La Pandi", que son frutas y verduras, en formato

dibujos animados. En 2020 se crea la canción de “La Pandi contra el coronavirus” y un taller hecho a medida para no perder el contacto con los alumnos durante la pandemia. En 2022 el proyecto se digitaliza y se estrena el juego interactivo basado en el concepto del plato saludable de Harvard⁶ y revisado por el Comité Científico de 5 al día. Finalmente, en 2023 nace el “Club La Pandi”, formado por más de 20 nutricionistas de toda España que se unen a “La Pandi” para acercar las frutas y las hortalizas a niños y niñas de toda España.

Resultados:

Desde 2013, se han realizado más de 2.500 talleres llegando a casi 70.000 alumnos/as. El proyecto educativo “La Pandi”, con 5 años de recorrido, está llegando a una media de 10.000 alumnos por año y cuenta con tres grandes reconocimientos: uno de la Asociación 5 al día, en 2019, el premio “Estrategia Naos, 2020”⁷, por parte de Ministerio de Consumo y el premio de la Fundación Louis Bonduelle, en 2023.

El proyecto se ofrece a los colegios, o fuera de ellos, en forma de taller, siempre liderado por un/a profesional de la nutrición y desde Sakata, siempre de manera gratuita. Solo las embajadoras del club solicitan remuneración por los talleres. El taller, de una hora de duración, se realiza en la misma aula para un máximo de 30 alumnos y se basa en el juego interactivo y en la creación de un plato equilibrado. Una vez finalizado, los alumnos reciben un diploma y un coloreable del plato de La Pandi, para compartirlo en casa con los padres, para influir así en el patrón alimentario familiar, ya que al fin y al cabo, las familias son las responsables de una parte importantísima de la alimentación de los más pequeños.

Conclusiones:

El proyecto ha mostrado ser una herramienta útil para educar en alimentación. Cada semana se puede observar de forma cualitativa, mediante los comentarios recogidos al inicio y final de cada taller y mediante los comentarios de profesores/as y cuidadores, cambios de actitud y percepción de los niños/as con respecto al consumo de frutas y hortalizas.

El proyecto se plantea en estos instantes sistematizar la evaluación del alcance de la intervención educativa, para así poder evaluar de forma más adecuada la eficacia de la intervención, así como determinar el tiempo que perdura.



conflicto de intereses

La Pandi es un proyecto educativo de Sakata, el autor es la empresa de semillas. Amparo Pellicer es, en este sentido, empleada de Sakata y coordinadora del proyecto.

La Pandi es una acción social, por lo que Sakata realiza los talleres siempre de manera gratuita para los colegios o cualquier otra entidad. Las monitoras de los talleres son nutricionistas independientes y su trabajo es remunerado (Sakata corre a cargo de este gasto).

El presupuesto es siempre propio, de Sakata, nunca de terceros.

La única aportación económica que recibe Sakata es, desde este año 2023, de las embajadoras del club, que aportan 150€ a cambio de un pack de bienvenida que tiene ese mismo valor (camisetas, peluches, cuentos, platos, etc.).

referencias

- (1) García-Solano M, Gutiérrez-González E, López-Sobaler AM, Ruiz-Álvarez M, Bermejo López LM, Aparicio A, et al. Situación ponderal de la población escolar de 6 a 9 años en España: resultados del estudio ALADINO 2019 [Weight status in the 6- to 9-year-old school population in Spain: results of the ALADINO 2019 Study]. *Nutr Hosp*. 2021 Oct 13; 38(5): 943-53.
- (2) Simmonds M, Llewellyn A, Owen CG, Woolacott N. Predicting adult obesity from childhood obesity: a systematic review and meta-analysis. *Obes Rev*. 2016 Feb; 17(2): 95-107.
- (3) Sharma V, Coleman S, Nixon J, Sharples L, Hamilton-Shield J, Rutter H, Bryant M. A systematic review and meta-analysis estimating the population prevalence of comorbidities in children and adolescents aged 5 to 18 years. *Obes Rev*. 2019 Oct; 20(10): 1341-9.
- (4) Jafari S, Hezaveh E, Jalilpiran Y, Jayedi A, Wong A, Safaiyan A, Barzegar A. Plant-based diets and risk of disease mortality: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Crit Rev Food Sci Nutr*. 2022; 62(28): 7760-72.
- (5) Sofi F, Cesari F, Abbate R, Gensini GF, Casini A. Adherence to Mediterranean diet and health status: meta-analysis. *BMJ*. 2008 Sep 11; 337: a1344.
- (6) Bibiloni MDM, Gallardo-Alfaro L, Gómez SF, Wärnberg J, Osés-Recalde M, et al. Determinants of Adherence to the Mediterranean Diet in Spanish Children and Adolescents: The PASOS Study. *Nutrients*. 2022 Feb 9; 14(4): 738.
- (7) Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). Encuesta Nacional de Alimentación en la población Infantil y Adolescente. 2013-2014. Alimentos y bebidas. Encuesta ENALIA. 2013-2014. AESAN. Disponible en: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alimentaria/evaluacion_riesgos/alimentos_tablas.pdf.