

Escuelas sanrafaelinas presentaron afiches en el marco de la Campaña Infancias Saludables

05/12/2022



Días atrás, en el Centro de Congresos y Exposiciones, diversas escuelas de nuestro departamento presentaron en el marco de la Campaña Infancias Saludables, los afiches que realizaron los alumnos con el apoyo de sus docentes.

Verónica Lesjak, licenciada en Nutrición, referente en San Rafael del Programa Provincial de Obesidad, fue entrevistada por nuestro medio radial FM Vos 94.5, donde hizo un balance sobre la importancia de ese tipo de tareas que se desarrollan en conjunto con los establecimientos educativos de San Rafael.

«El miércoles 30 de noviembre se realizó el cierre de campaña del Programa Provincial de Obesidad, que este año se denominó 'Infancia Saludable'. La idea de esta campaña es hacer tareas con las escuelas y trabajar con los hábitos de los chicos y las familias. La presentación de afiches se hizo para que los alumnos puedan plasmar sus ideas en relación a los buenos hábitos. También, para que reflexionen sobre qué es lo que nos hace bien o mal. Hubo trabajos muy lindos. Además, este año pudimos hacer una actividad más inclusiva, puesto que convocamos a escuelas especiales», explicó Verónica Lesjak.

«Aprender con Salud es un programa con el que se va a las escuelas con un equipo interdisciplinario, con controles de salud y de vacunación, y se brindan charlas a los chicos. Se trabajo con varias escuelas primarias y especiales. Empezamos a trabajar con estos establecimientos en el mes de junio, cuando les hicimos un examen completo de salud a los alumnos. A través de los mismos, se detectaron los casos de obesidad y otras cuestiones, y se los derivó a un especialista», amplió.

«Antes se creía que un nene gordito gozaba de mejor salud, hay que derribar esos mitos, pero eso no es una tarea fácil. Hay muchas cuestiones que no están incorporadas en nuestra sociedad. Hay que salir a correr y no estar tanto tiempo sentados frente a una pantalla. Se deben eliminar de la dieta las gaseosas, los jugos artificiales y los alimentos ultraprocesados. Esta clase de productos son los que más daño nos hacen. Es mejor prepararse un jugo natural o comer una fruta», aconsejó la licenciada.

Para finalizar, señaló cuánto queda por hacer para fomentar el hábito de lo saludable en nuestra sociedad: «Se debe trabajar mucho al respecto para que en todos lados esté presente la opción saludable. Debe estar al alcance de todo el mundo. A veces, los productos saludables no son muy económicos. Hoy comer sano cuesta caro, pero también hay una falta de educación y mucha ignorancia en algunos temas que nos lleva a elegir mal. Muchas familias gastan bastante dinero en gaseosas

y no lo hacen para comprar una fruta. La comida chatarra también tiene un costo elevado y hace mal. Al menos el niño debe comer una fruta al día», cerró Verónica Lesjak.