El Disfruita-la de Dipsalut i Unió de Pagesos arriba a Olot.

La Garrotxa | 13-07-2012 | 06:33

La campanya Disfruita-la arriba per segon any a les comarques gironines, gràcies a la col·laboració de Dipsalut, organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona, amb la Unió de Pagesos de Catalunya. Prop de 1.350 infants de 3 a 13 anys participaran durant aquest mes de juliol en un total de deu tastos guiats de fruita dolça que tindran lloc a Vilobí d'Onyar, Olot, Quart, Sant Gregori, Besalú, Fornells de la Selva, Sant Esteve d'en Bas, Porqueres, Olot i Maçanet de la Selva. Els infants, aprofitant les seves estades d?estiu, tastaran fruita de temporada i local com peres, pomes, nectarines i albercocs. L?objectiu de la campanya és promoure el consum de fruita dolça entre els infants, ja que segons diversos estudis recents està experimentant un descens. La campanya es basa en una metodologia molt pràctica, tastos que ensenyen que menjar fruita a més de sa, és divertit.

Consisteix en realitzar en un tast de fruita per els infants, acompanyats per un grup d?animació que prèviament els i les haurà explicat les qualitats i els beneficis que aporta la fruita en la seva dieta. Sense oblidar el contingut pedagògic, s?intentarà crear un ambient divertit, per a que tots els nens i nenes gaudeixin mentre mengen la fruita. A cada participant se li donarà la carmanyola Disfruita-la, que contindrà fruita. L?objectiu és que sigui reutilitzada posteriorment pels infants per portar fruita durant les seves activitats d?estiu i d?aquesta manera per donar continuïtat a l?actuació implicant a les famílies amb la responsabilitat de proporcionar-los fruita.

Aquesta és la vuitena edició de la campanya Disfruita-la a Catalunya, que va començar el 2005, i en la qual cada any participen una mitjana de 5.000 infants de primària. La campanya té com a objectiu promoure el consum de fruita dolça, especialment entre el jovent i els infants, utilitzant una metodologia molt pràctica per tal de recuperar l?hàbit de menjar fruita en l?entorn familiar. Diversos estudis recents apunten a un descens del consum de fruita. Actualment, només el 37,8% de la població consumeix fruita diàriament, mentre que la mitjana que es consumeix és de menys de tres peces diàries, la quantitat mínima recomanada, segons els resultats de la primera Enquesta Nacional d?Ingesta Dietètica Espanyola, realitzada per l?Agència Espanyola de Seguretat Alimentària.

El programa Disfruita-la, impulsat per Unió de Pagesos per promocionar el consum de la fruita dolça entre nens i joves mitjançant tastos de fruita, va rebre un dels premis Estrategia Naos 2010 que atorga el Ministeri de Sanitat, Política Social i Igualtat, concretament el corresponent a la

categoria de promoció d?una alimentació saludable en l?àmbit escolar. Els premis NAOS tenen com a objectiu la defensa de la nutrició, l?activitat física i la prevenció de l?obesitat.

Fuente: Redacció
Autor: Redacció