



05

**VINCULACIÓN PARA LA SALUD***Tu bienestar es lo más importante*

## Salud Escolar. Escuelas Saludables y Activas

Por: **Dra. Alejandra Jáuregui de la Mota**<sup>1</sup>  Colaboración: **Paula Veliz**<sup>2</sup>

1. Centro de Investigación en Nutrición y Salud, INSP
2. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

### “Empezando el cambio desde la niñez”

Establecer hábitos saludables durante la niñez es más efectivo que cambiar comportamientos pocos saludables en la edad adulta. Por ello, las secretarías de Educación Pública (SEP) y Salud (SSa) trabajan en una nueva estrategia para propiciar ambientes escolares saludables. En este sentido, a inicios de 2019 la Dirección General de Promoción de la Salud de la SSa solicitó al Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y al Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) la cooperación técnica durante la implementación, monitoreo y evaluación de la primera fase del programa Salud Escolar: Escuelas Saludables y Activas, a fin de identificar áreas de oportunidad para asegurar su escalamiento exitoso a nivel nacional.

La estrategia Salud Escolar: Escuelas Saludables y Activas fue desarrollada en el 2019 por la SEP en coordinación con la SSA, los institutos Mexicano del Seguro Social (IMSS), de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF) y el INSP.

La estrategia tiene como propósito atender el problema de sobrepeso y obesidad que afecta a millones de niños y niñas en México. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016 (ENSANUT 2016), la prevalencia nacional de sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años alcanzó el 33.2%.

Entre los factores más comúnmente asociados al sobrepeso y la obesidad se encuentran hábitos poco saludables como una alimentación incorrecta, una hidratación inadecuada y la actividad física insuficiente. Además, de acuerdo con la misma encuesta, los niños y niñas consumen cerca del 22% de sus alimentos en la escuela, donde una gran proporción de éstos consiste en bebidas azucaradas, pastelillos, postres y botanas saladas.


Esta estrategia se basa en la hipótesis de que el entorno escolar puede fomentar cambios en el estilo de vida, propiciando comportamientos más saludables en los escolares, los cuales se pueden trasladar a su vida fuera de la escuela. En este sentido, las instituciones educativas juegan un papel fundamental para integrar los elementos clave que lleven a la promoción de estilos de vida saludable y prevención de la obesidad.

La propuesta de Salud Escolar: Escuelas Saludables y Activas propone la implementación de diferentes actividades diseñadas por la SEP y con autoridades del sector Salud encaminadas a la promoción de una alimentación correcta, hidratación adecuada y actividad física en los niños y adolescentes mexicanos para mejorar su salud y bienestar, no solo a corto sino a mediano y largo plazo. El plan de implementación de la estrategia iniciará en 2020 y consistirá de tres fases:

**Primera.** Se realizará un estudio de un piloto en 58 escuelas de la Ciudad de México con la finalidad de orientar la factibilidad de escalamiento del programa.

**Segunda.** La estrategia se escalará a 10 estados del país, donde se ubican los municipios con mayores niveles de marginación.

**Tercera.** La estrategia se escalará a nivel nacional.

El equipo de investigadores del INSP, con el liderazgo de la Dra. Alejandra Jáuregui de la Mota y el apoyo técnico de UNICEF, será el responsable de la preparación de los instrumentos de medición, la recolección de la información y el análisis de los datos encaminados a generar recomendaciones clave para el escalamiento de la estrategia a nivel nacional que permitan cumplir con los logros propuestos. Asimismo, se encargará de la generación de los reportes técnicos y de la difusión de resultados a través de presentaciones a contrapartes de gobierno y publicaciones en ámbitos técnicos y científicos a nivel nacional e internacional. 

#### Fuentes:

1. Shamah-Levy, T. et al. Sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes en México, actualización de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016. Salud Publica Mex. 60, 244-253 (2018).
2. Sahoo K, Sahoo B, et al. Childhood obesity: causes and consequences J Family Med Prim Care. 2015 Apr-Jun; 4(2): 187-192.

3. Medina C, Jáuregui A, Campos-Nonato I, Barquera S. Prevalencia y tendencias de actividad física en niños y adolescentes: resultados de la Ensanut 2012 y Ensanut MC 2016. Salud Publica Mex 2018;60:263-271.
4. Taillie LS, Afeiche MC, Eldridge al, Popkin BM. The contribution of at-home and away-from-home food to dietary intake among 2-13y Mexican children. Public Health Nutr. 2017 Oct; 20(14): 2559-2568.