

MEMORIA JUSTIFICATIVA DE UNA CAMPAÑA DE PUBLICIDAD Y COMUNICACIÓN INSTITUCIONAL “POR UNA ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES” DEL ORGANISMO AUTÓNOMO AGENCIA ESPAÑOLA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN.

La obesidad y el sobrepeso constituyen un serio problema de salud tanto en España como en el resto de Europa. Este problema tiene una especial trascendencia en la población infantil española, donde según datos del estudio ALADINO 2019 un 17,3 % de niños y niñas de 6 a 9 años tienen obesidad (15 % niñas y 19,4 % niños), un 4,2 % obesidad severa (6 % niños y 2,4 % niñas) y un 40,6 % exceso de peso (sobrepeso y obesidad) (39,7 % niñas y 41,3 % niños). Estas condiciones se asocian a graves consecuencias para la salud, tanto a corto como a largo plazo.

Para hacer frente a este problema, desde la AESAN se desarrollan distintos trabajos para promover y facilitar el acceso a dietas más saludables y sostenibles, caracterizadas por un mayor consumo de productos de origen vegetal como frutas, hortalizas y legumbres, cereales de grano entero, y grasas con un perfil saludable, alimentos que pueden incorporarse en las distintas ingestas que se realizan a lo largo del día.

Por ello desde la AESAN se han desarrollado en el pasado distintas iniciativas para concienciar sobre la importancia que tiene para la salud la primera ingesta del día. Sin embargo, distintos estudios muestran que el aporte energético del desayuno es menor a lo recomendado (estudio ANIBES), o un porcentaje elevado de escolares que no desayunan, lo que se relaciona con mayores prevalencias de obesidad y sobrepeso (estudio ALADINO 2019).

Adicionalmente, la merienda constituye también una excelente oportunidad para complementar el resto de las ingestas del día, incorporando alimentos cuyo consumo es necesario promover como la fruta fresca, los frutos secos, pequeños bocadillos de pan integral y los lácteos sin azucarar.

Se considera por ello necesario desarrollar una campaña de comunicación para concienciar y formar al conjunto de la sociedad, y en particular a las familias con niñas y niños en edad escolar y la población infanto-juvenil, sobre la importancia de realizar desayunos, almuerzos de media mañana y meriendas saludables y sostenibles, con los siguientes objetivos:

- Promover una alimentación saludable y sostenible en 3 momentos del día claves (desayuno, almuerzo de media mañana y merienda).
- Destacar la importancia del desayuno como una de las principales comidas del día, y las consecuencias de omitir esta comida de la dieta diaria.
- Inspirar a las familias para que el desayuno, el almuerzo de media mañana y la merienda sean tan variados como otras comidas del día, trasladando ejemplos o propuestas y animando a que se haga una programación semanal de los mismos.
- Informar de la importancia de incluir en estas comidas alimentos frescos, de proximidad y de temporada, para que además de cuidarnos, cuidemos al planeta.



- Evitar el consumo de alimentos procesados o ultraprocesados con alto contenido en azúcares, grasas y sal, cuyo consumo debería ser siempre muy ocasional.
- Destacar la oportunidad que suponen estas comidas a la hora de educar a niños, niñas y adolescentes para que lleven una alimentación saludable y sostenible.

Contribuyendo así a mejorar la salud de la población y fomentando la adherencia a una alimentación variada, equilibrada y sostenible, en línea con las recomendaciones dietéticas para la población española.

Para realizar esta campaña es necesario proceder a su contratación, ya que la AESAN no dispone de medios técnicos, humanos ni experiencia para llevar a cabo este tipo de tareas.

En Madrid, en la fecha de la firma electrónica,

La Vocal Asesora de Comunicación

Fdo. María Aranzazu López Franco

