

Jocs tradicionals per combatre l'obesitat infantil

dimarts, 4/maig/2010



Saltar a corda, jugar a fet i amagar o practicar gimnàstica sueca. Això és el que recomanarà i promocionarà la nova llei de nutrició que prepara el govern espanyol i que es preveu que entri en vigor a finals d'aquest any. La llei compta amb el suport dels experts en nutrició.

Reduir la competitivitat

La nova norma vol acostar l'esport als nens amb problemes d'obesitat reduint la competitivitat d'esports com, per exemple, el futbol, i potenciant-ne d'altres com la bicicleta estàtica, la natació o els més tradicionals, com saltar a corda o jugar a fet i amagar.

Programes personalitzats

La llei també reclamarà a les escoles que posin en marxa programes de "condicionament físic personalitzat" dirigits especialment als nens amb problemes de sobrepès. Aquests programes es basarien a organitzar activitats concretes i específiques per a ells, d'una manera progressiva, per evitar l'estigmatització d'aquests menors obesos.

6 de cada 10 menors no fan cap activitat esportiva extraescolar

Segons els experts, només el 40% dels menors que van a escola participen en alguna activitat esportiva extraescolar, una dada que col·loca Espanya, juntament amb Grècia i Portugal, entre els països on els joves practiquen menys activitat física de tot Europa. A més, l'èxit creixent de les videoconsoles ha fet que els menors cada vegada aprofitin més l'hora del pati per jugar a aquests tipus de jocs en detriment de les activitats físiques.

L'objectiu de la llei és combatre l'obesitat infantil

Amb la implantació d'aquesta nova llei el govern espanyol busca donar resposta a un problema que ja afecta el 14% dels nens espanyols d'entre 7 i 14 anys, una xifra que situa Espanya entre els països europeus amb més obesitat entre la població infantil.

(Font original, [3cat24](#))

Informació relacionada

[1 de cada 3 nens del món és gandul](#)

[La falta d'activitat física és la causa principal de l'obesitat infantil](#)