

Mugaz gaindiko proiektu batek Nafarroako eta Frantziako ikasleen gizentasuna prebenitu eta egoera fisikoa hobetzen du

Aneto izeneko, azken bi urteetan 6 eta 7 urteko mila ikasle baino gehiagotan esku hartu du

Osteguna, 2020ko Azaroaren 12a



 Miguel Angel Pozueta, Cecilia Gómez (programa Aneto), Rebeca Esnaola kontseilaria eta Esteban Gorostiaga.

Nafarroako Kirolaren Institutuak eta Miguel Indurain Fundazioak, Frantziako bazkideekin batera, 2018an hasitako Aneto mugaz gaindiko programaren ondorioak aurkeztu dituzte. Nafarroako eta Pirinio Atlantikoetako berrogeita hamar ikastetxetako mila ikaslerekin baino gehiagorekin egindako lanetatik ondorioztatu da proiektu honen garapenarekin "haurren obesitatea saihestu eta ikasleen egoera fisikoa hobetzen dela".

Hezkuntza-programa hau 2018-2019 ikasturtearen hasieran jarri zen abian, eta hiru fase ezberdin izan ditu: lehena prestaketakoa, bigarrena esku hartzekoa eta hirugarrena eta azkena lortutako emaitzak aztertzeari eta egindako lana baloratzeari buruzkoa.

Nafarroan, 592 haurrek hartu dute parte, 2 taldetan zatituta. Lehena esku-hartze taldearena izan da; ikasleei test antropometrikoak eta fisikoak egin zitzaizkien ikasturtearen hasieran eta amaieran, hezkuntza nutrizionala ere eskaini zitzaien eta eskolan jarduera fisikoa egiteko ordu bat gehiago izan zuten astean. Bigarren taldea kontrol-taldea izan da, eta soilik testa egin zitzaien ikasturtearen hasieran eta amaieran, bestelako esku-hartzerik gabe.

Hobekuntza fisikoak ikasleengan

Prozesuaren hasieran eta amaieran erregistratutako azterketek ondorengo hobekuntza fisikoak adierazi dituzte lehen blokeko ikasleengan, esku-hartze taldean:

- Larruazaleko tolesturen lodiera apur bat gehitzea, gorputzeko koipe-kopuruaren zeharkako isla: +%1,6 esku hartutako nesketan eta +%2,3 mutiletan; aldiz, kontrol-taldean, %7,7 igo da nesketan eta %4,9 mutiletan.

- Erresistentzia kardiobaskularra %30 gehitzea, kontrol-taldearen bikoitza.

Emaitzen aurkezpenean honako hauek hartu dute parte: Rebeca Esnaola, Nafarroako Gobernuak Kultura eta Kiroleko kontseilaria; Esteban Gorostiaga, Kiroleko Azterlan eta Ikerketa Zentroaren zuzendaria; Sandrine Lafargue, Pirinio Atlantikoetako Agenda 21eko eta Garapen Iraunkorreko kontseilari delegatua; Jean-Denis Poignet, Canopé Nouvelle-Aquitaineko lurralde-zuzendaria; eta Patrick Joubert, USEP 64ko lehendakaria (L'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré).

Egin berri diren nazioarteko azterketa batzuek erakutsi dute obesitate gutxiagoko eta osasun kardiobaskular hobeko ikasleak aukera gehiago dituela gaitasun kognitiboa, bere buruarekiko konfiantza eta eskola-errendimendua hobetzeko eta, duen gaixotasuna dela-eta, estigmatizazioa eta diskriminazioa jasateko arrisku gutxiago dituela.

Halaber, ekintza horiekin frogatu da haurren obesitatearen pandemiari aurre egiten zaiola. Gaixotasun horrek gastu sanitario eta sozial handia dakar, eta etorkizunean osasun-sistema kolapsatzera iritsi daiteke.

Informazio osoa eta erabilitako material didaktikoak eta dibulгатiboak www.aneto.eu web orrialdean aurki daitezke. Gainera, bertan jarritako aplikazio informatikoari esker, irakasleek ebaluazio fisikoen gainera datuak sar ditzakete eta familientzat automatikoki txostenak sortu. Horrez gain, seme-alaben baldintza fisikoari buruzko diagnostikoa ere sar daiteke. Aplikazioa ikastetxeek ere erabil dezakete.

ANETO filosofia

Europar Batasunaren POCTEFA Programaren barruan kokatzen da ANETO, eta, Frantzia eta Nafarroa arteko mugaz gaindiko zonako 6-7 urteko ikasleei erreparatuta, haurren obesitatea prebenitzeko proiektu integrala da. Haurrak zein haien familiak, hezkuntza-ingurunea eta instituzio eta erakunde publiko eta pribatu ezberdinak hartzen ditu bere baitan, gehiegizko pisuaren eta obesitatearen zifrak murrizteko.

Zehazki, 2018. urtean jarri zuten abian, eta hiru urte hauetan erreminta pedagogiko eta gainbegiratzeko tresna bilakatu da; modu horretan, esku hartutako ikasleen elikadura, egoera fisikoa eta osasuna hobetu dira.

ANETO proiektuak helburu hauek lortu nahi ditu:

- Gehiegizko pisua eta obesitatea prebenitzea eta tratatzea, mugaz gaindiko hezkuntza-programa integralaren bitartez; programa horretan, elikadura-ohitura osasungarriak eta jarduera fisikoa lantzen dira ikastetxean, komunitatean eta familian.
- Gizartea sentsibilizatzea elikadura egokiak eta bizitzako lehen urteetatik ariketa fisikoa egiteak duten garrantziaz.
- Gorputzaren osaeran eta gaitasun fisikoan jarduera fisikoa areagotzearen eta elikadura hobetzearen ondorio konbinatuak aztertzea.
- Mugaz gaindiko eta Europako hezkuntza-sarearen oinarriak sortzea, eskolen arteko elkarreragitea eta jardunbide egokien trukea errazteko.

Europako laguntza

Ekimenak 932.000 euroko aurrekontua izan du, eta %65 Eskualde Garapeneko Europako Funtsak (EGEF) batera finantzatu du (POCTEFA proiektua). Medikuntzako, nutrizioko eta jarduera fisikoko adituek ikastetxe bakoitzean ikasle bakoitzarekin egindako lana osatzeko, lau bizikidetza-jardunaldi egin ziren Frantziako eta Nafarroako lurraldean.

Jarduera horietan, jolasen bidez, elikadura zaintzen eta jarduera fisiko osasungarria egiten ikasi zuten ikasleek. Era berean, hezkuntza-ipuin bat eta gaiari buruzko hainbat gida didaktiko eta agenda argitaratu ziren, eskola-menuak aztertu ziren, eta lortutako emaitzak kontrolatzeko eta kudeatzeko aplikazio bat sortu zen.

Amaierako jardunaldia

Proiektuaren Pilotaje Batzordea ostegun honetan bildu da modu birtualean, azterketaren emaitzak partekatze aldera. Horrez gain, parte hartzeko jardunaldi irekia antolatu da, eta lan egindako hiru urte horien balantzea burutu da.

Garapenean honako hauek hartu dute parte: Esteban Gorostiaga, medikua eta Kirolaren Medikuntzako Ikerketa eta Azterketa zentroaren (CEIMD) zuzendaria; Vicente Martínez Vizcaíno, medikua eta Gaztela-Mantxako Unibertsitateko Azterketa Soziosanitarioen zuzendaria ("Jarduera fisikoaren esku-hartzeak eskola-ingurunean" hitzaldia eskaini du); eta Gautier Zunquin, Pauko Unibertsitateko (Frantzia) mediku endokrinologoa (Capacité 64 izeneko proiektua aurkeztu du).

Jardunaldia internet bidez jarrai daiteke www.aneto.eu orrialdean. "Streaming" bidez emango da aldi bereko itzulpenarekin.