UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Concepción de Tres Ríos vive intensamente domingos familiares

28 JUL 2010 Sociedad

Según un estudio de la Escuela de Nutrición de la UCR, un 90% de las niñas y niños del cantón de La Unión son sedentarios, por lo que el gasto energético que ellos tienen es mínimo (foto Anel Kenjekeeva).

Gracias a la iniciativa de la Escuela de Nutrición de la UCR, las familias de Concepción de Tres Ríos vivieron un nuevo capítulo del proyecto para la prevención de la obesidad infantil en niñas y niños de primero, segundo y tercer grado, el cual tiene como lema "¡Póngale Vida a Conce!"

La Escuela Fernando Terán Valls, ubicada en el centro de Concepción, sirvió de escenario el pasado domingo 27 de junio para albergar a las casi 1000 personas que se hicieron presentes para disfrutar de las actividades programadas en celebración **del Día**

Internacional de la Música y el Día para la Prevención del uso de drogas, siempre bajo la premisa de una mejor educación nutricional para los niños y público en general.

¿Cómo unir estos temas?, pues los organizadores se las ingeniaron para incluir presentaciones de baile como capoeira, a cargo del grupo Capoeira Sou Eu y gimnasia danesa, que requieren de un gran despliegue físico y como una forma de promover la actividad física.

Un grupo de jóvenes especializados en capoeira, Capoeira Sou Eu, invitó a los más pequeños a unirse a la presentación y aprender un poco sobre los movimientos de este conocido baile brasileño (foto Anel Kenjekeeva).

Así se fueron sumando también las carreras de atletismo, partidos de fútbol, carreras con obstáculos, carreras con sacos, carnaval con máscaras, las interpretaciones del cantautor Pablo Sanabria y la presentación del motociclista Fernando Villalobos, quien brindó su testimonio de superación personal al haber dejado el oscuro y destructor mundo de las drogas muy atrás en su vida.

No pudo faltar la degustación de productos saludables y la elaboración de recetas con el chef Ernesto León Pereira, patrocinado por la marca de tortillas Misión, así como un almuerzo de cortesía para todos.

Datos alarmantes

Los visitantes a la actividad se deleitaron con diversos juegos, crearon mascaras y desfilaron con ellas, comieron alimentos saludables y disfrutaron de un domingo en familia (foto Anel Kenjekeeva).

En un estudio realizado por la Escuela de Nutrición en el 2009, se determinó que el 30% de los niños de primer grado de la Escuela Fernando Terán presentaron sobrepeso u obesidad, 32% en segundo grado y 38% en tercer grado.

Inclusive se hicieron pruebas bioquímicas a los escolares y se logró determinar que la población de segundo grado era la más afectada por la obesidad, pues un 22% tenía el colesterol alto, un 46% triglicéridos altos y el 15% mostraron LDL alto.

Según la Dra. Xinia Fernández Rojas, coordinadora del proyecto y profesora de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica (UCR), a partir de esa investigación se decidió incluir a dicho centro escolar dentro de los objetivos que abarcaría esta propuesta.

Fernando Villalobos inspiró a todos con su testimonio sobre su caída en el mundo de las drogas y posterior recuperación, él es vecino de Tres Ríos, casado y padre de cinco hijas (foto Anel Kenjekeeva).

"Queremos que los niños y sus padres sientan la diferencia de disfrutar un domingo activo y con comida saludable, no cobramos nada lo que significa que es muy costoso en cuanto a gestión comunitaria, pero es un ejemplo de que se puede disfrutar en familia", comentó Fernández.

La Escuela Fernando Terán cuenta con 1100 alumnos (es la más grande de Concepción), de ahí que este tipo de ideas son invaluables para la buena salud de la comunidad entera, pues los mismos estudiantes se encargan de llevar el mensaje sobre una buena nutrición a las familias.

"Es una inyección para nosotros, pues la mayoría hemos visto cómo ha acrecido la obesidad infantil. Estamos enamorados del programa, tenemos la aspiración de que se haga más frecuentemente para unir los barrios, que los jóvenes tengan un espacio saludable y se alejen de las drogas", declaró Marco Soto Calvo, ex regidor municipal de La Unión y líder comunal.

La iniciativa denominada "¡Póngale Vida a Conce!" ya ha sido desplegada en la comunidad de Calle Naranjo el pasado 11 abril, en la Escuela Ricardo Andree el 9 de mayo y el 27 de junio en la Escuela Fernando Terán, ahora resta el cuarto domingo que será el próximo 29 de agosto de 10:00 a.m. a 3:00 p.m. en la Escuela Fernando Terán y toda la comunidad de Concepción está invitada a participar.

Además de la Escuela de Nutrición están involucradas en este esfuerzo varias asociaciones de desarrollo de dicha comunidad, grupos de scouts, comité de seguridad del distrito, Alcaldía de La Unión, Comité Cantonal de Deportes, estudiantes universitarios, grupos comunitarios y colaboradores.

El aporte de estudiantes universitarios voluntarios de la Universidad de Costa Rica hizo posible el objetivo de cumplir con éxito la jornada llevada a cabo en la Escuela Fernando Terán Valls (foto Anel Kenjekeeva).

Otto Salas Murillo
Periodista Oficina de Divulgación e Información
otto.salasmurillo@ucr.ac.cr