

**Atentamente,  
DraC. Niurka Vialart Vidal  
Comité Científico Autocuidados en la Infancia: saludables desayunos, trabajando para  
la salud del futuro**

Díez Rodríguez, Gema<sup>1</sup>  
Martínez Arroyo, Anunciación<sup>1</sup>  
Gonzalo de Diego, Blanca<sup>1</sup>  
Rodríguez Rodríguez, Nuria<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Centro de Salud Meco, SERMAS. Madrid, España Correo electrónico: gema.diez@salud.madrid.org

**Introducción:** Mantener una alimentación saludable y equilibrada es una elección importante, pues influye en la salud de las personas (1, 2, 3).

Estudios recientes revelan que la supresión del desayuno o la realización de un desayuno inadecuado es un factor de riesgo de obesidad (4,5), por lo que parece necesario una adecuada educación nutricional sobre la alimentación en general y el desayuno en particular, siendo la infancia el mejor momento para instaurar unos hábitos alimentarios correctos (4,5). La cooperación entre el ámbito sanitario, familiar y escolar es esencial para obtener la instauración de dichos hábitos. (2)

**Objetivo:** Implantar estructuralmente conocimientos y actitudes sobre la importancia de hacer un desayuno saludable en los contenidos escolares de 1º de primaria de los colegios públicos de Meco.

**Método:** Desde hace 10 años y liderado por el equipo de enfermeras, se realiza de manera programada y estructurada con los alumnos de 1º de primaria de los colegios públicos de Meco basados en el proyecto de salud pública “Desayunos Saludables e Higiene Bucodental” (2).

Se realizan 3 actividades distintas con los alumnos y sus familiares sobre este tema, integrando al profesorado como parte activa del proyecto.

**Resultados/Conclusiones:** La intervención tiene una gran acogida entre los profesionales sanitarios del centro así como en el ámbito escolar y familiar.

El cambio en la modificación de hábitos se objetiva de manera lenta y progresiva en las entrevistas del programa del niño sano que se realizan desde las consultas de Atención Primaria en años posteriores

**Palabras Clave:** Desayuno; niños; Servicios de Salud Escolar

**Bibliografía:**

- (1) Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social de España “Estrategia NAOS”. [Último acceso Mayo 2019]. Disponible en [http://www.aecosan.mssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/estrategia\\_naos.htm](http://www.aecosan.mssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/estrategia_naos.htm)

XVIII Congreso de la Sociedad Cubana de Enfermería 2019

- (2) Comunidad de Madrid. "Proyecto Desayunos Saludables e Higiene Bucodental. Curso escolar 2018-2019" [Último acceso Mayo 2019]. Disponible en [http://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/sanidad/alim/desayunos\\_saludables\\_2018\\_proyecto.pdf](http://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/sanidad/alim/desayunos_saludables_2018_proyecto.pdf)
- (3) Comunidad de Madrid. Servicios e Información. Alimentación saludable. [Último acceso Junio 2019]. Disponible en <http://www.comunidad.madrid/servicios/salud/alimentacion-salud>
- (4) Estudio Aladino 2015 [Último acceso Mayo 2019]. Disponible en [http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Estudio\\_ALADINO\\_2015.pdf](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Estudio_ALADINO_2015.pdf)
- (5) Estudio ELOIN CM. [Último acceso Junio 2019]. Disponible en [http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadname1=Content-disposition&blobheadname2=cadena&blobheadvalue1=filename%3DELOIN\\_DISE%C3%91O.pdf&blobheadvalue2=language%3Des%26site%3DPortalSalud&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1352867710948&ssbinary=true](http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadname1=Content-disposition&blobheadname2=cadena&blobheadvalue1=filename%3DELOIN_DISE%C3%91O.pdf&blobheadvalue2=language%3Des%26site%3DPortalSalud&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1352867710948&ssbinary=true)