

Premien un projecte de l'Eurecat de Reus per prevenir l'obesitat amb dieta mediterrània

El projecte MED4Youth ha estat guardonat a la 15a edició dels Premis Estratègia NAOS



L'estudi vol promoure hàbits d'alimentació saludables entre els adolescents | Cedida

El **projecte europeu MED4Youth**, liderat pel centre tecnològic **Eurecat de Reus**, ha estat reconegut amb el primer accèssit dels **15ns Premis Estratègia NAOS** en la modalitat d'alimentació saludable en l'àmbit familiar i comunitari atorgats per l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició del Ministeri de Consum.

La dieta mediterrània per prevenir l'obesitat

Els Premis d'Estratègia NAOS tenen com a finalitat reconèixer i donar major visibilitat als programes, intervencions o iniciatives que entre els seus objectius tinguin contribuir a la **prevenció de l'obesitat**, mitjançant la promoció d'una alimentació saludable, així com de la pràctica d'activitat física regular en el marc de l'Estratègia NAOS.

El projecte és el primer estudi d'intervenció nutricional on s'avalua de forma paral·lela en diferents països els efectes d'una intervenció dietètica basada en la **dieta mediterrània** enfront de l'obesitat en **adolescents**, amb la finalitat de promoure i ajudar a implementar hàbits saludables en aquest segment de població.



Joves catalans, italians i portuguesos

En aquest escenari, l'estudi, que es porta a terme entre **joves d'11 a 17 anys catalans, italians i portuguesos** que presenten sobrepès i obesitat, proposa la introducció d'aliments propis de la dieta mediterrània, com el pa de massa mare, els llegums, la magrana i la fruita seca. Aquesta intervenció dietètica es combina amb la tecnologia i l'ús de la **gamificació**, mitjançant la utilització d'una *app* educacional adaptada als adolescents i als seus pares, buscant l'assoliment de continguts sobre nutrició i salut, i així, ensenyar els adolescents a menjar millor i a implementar bons hàbits sostinguts al llarg del temps, millorant la seva salut i qualitat de vida.

L'estudi es fa a terme a les instal·lacions de l'Àrea de Biotecnologia d'Eurecat, situades davant de l'Hospital Sant Joan de Reus. S'ha habilitat el correu electrònic estudis@eurecat.org i el telèfon 636 944 723, per tal que les persones que vulguin participar en l'estudi s'inscriguin com a voluntàries o consultin els seus dubtes.