

# Arrenca un estudi per potenciar la dieta mediterrània en famílies amb infants en edat escolar

*360 famílies d'Espanya, el Marroc i Turquia participaran en el projecte, que compta amb la participació d'Eurecat Reus*



Potenciar l'adherència de la dieta mediterrània a les famílies | Cedida


Un projecte europeu dissenyarà i investigarà amb 360 famílies d'Espanya, Marroc i Turquia nous productes, eines i metodologies per **millorar l'adherència a la dieta mediterrània**. La iniciativa compta amb la participació del centre tecnològic **Eurecat Reus** i té l'objectiu de promoció un estil de vida saludable i sostenible.

## **SWITCHtoHEALTHY vol modificar els hàbits dietètics familiars per potenciar la dieta mediterrània**

Un estudi publicat per l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició (AESAN) del Ministeri de Consum apuntava **la família com el factor més influent** en la població adolescent **en relació amb els hàbits saludables**. La recerca, que investigava les percepcions en alimentació, pràctiques alimentàries i hàbits de vida saludables en adolescents, també identificava l'institut com un altre dels factors amb més pes.

***SWITCHtoHEALTHY «pretén millorar l'adherència a la dieta mediterrània de tots els membres de la família, tant infants com adolescents i adults»***

---



---

Així doncs, el projecte **SWITCHtoHEALTHY té la voluntat de modificar els hàbits familiars** a través de material educatiu, eines digitals i snacks saludables a favor de la dieta mediterrània. Segons la coordinadora científica del projecte i investigadora de la Unitat de Nutrició i Salut d'Eurecat, Noemí Boqué, SWITCHtoHEALTHY "pretén millorar l'adherència a la dieta mediterrània de tots els membres de la família, tant infants com adolescents i adults, a través de la promoció d'un canvi de comportament dietètic generat des de la mateixa família".

### **18 socis participen en el projecte d'àmbit europeu**

Per aconseguir-ho, "es desenvoluparà i posarà a disposició de les famílies una **combinació de material educatiu pràctic i eines digitals**, així com snacks saludables i sostenibles, verificant la seva digestibilitat i l'impacte sobre la microbiota intestinal", destaca la directora de la Unitat de Nutrició i Salut d'Eurecat, Nàdia Ortega.

El consorci del projecte està coordinat per l'empresa italiana especialitzada en innovació empresarial ENCO SRL i compta amb la participació de més de 18 socis d'Itàlia, Egipte, Espanya, Grècia, Líban, Marroc, Tunísia i Turquia, entre els quals es troben universitats, petites i mitjanes empreses, multinacionals, així com agents governamentals i centres de recerca i tecnològics. El projecte està finançat a través de la convocatòria PRIMA, amb el suport del programa Horizon 2020 de la Unió Europea.