



En el Día Mundial de la Alimentación INABIE exhorta a la población a consumir alimentos saludables

El instituto de bienestar intensifica charlas y talleres sobre educación alimentaria nutricional en Día Mundial de la Alimentación

Santo Domingo. _ En un esfuerzo por combatir la creciente problemática de la obesidad y el sobrepeso, tanto en niños y adolescentes, como en adultos, el Instituto Nacional de Bienestar Estudiantil (INABIE) reiteró el llamado a la población a adoptar una alimentación saludable, nutritiva y balanceada como parte de su campaña de educación alimentaria y nutricional, “¡Date vida, come sano!”, lanzada en agosto.

El director ejecutivo de INABIE, Víctor Castro, exhortó a toda la ciudadanía a sumarse a este esfuerzo y a adoptar estilos de vida saludables que contribuyan al bienestar personal y familiar como se ha venido haciendo desde las escuelas con la reducción de azúcares, grasas, sal, entre otros.

A su vez, la doctora Ana Carolina Báez, directora de Formulación y Evaluación Nutricional del INABIE significó que “es fundamental que todos tomemos conciencia sobre la importancia de una alimentación equilibrada, nuestra campaña busca informar y motivar a los escolares y sus familias a hacer cambios positivos en sus hábitos de vida. Instar a la población a consumir más frutas y verduras puede marcar una gran diferencia en la salud de nuestros niños y jóvenes”.

La también especialista en obesidad, trastornos alimentarios y nutrición clínica advirtió que la alimentación inadecuada está detrás del aumento significativo de enfermedades no transmisibles como enfermedades cardiovasculares, la diabetes, cáncer, obesidad, las cuales causan el 70% de todas las muertes en el mundo, de acuerdo con las cifras de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La campaña “¡Date vida, come sano!” a través de diferentes medios, ofrece consejos breves sobre el impacto de un estilo de vida saludable. La evidencia demuestra la importancia que tiene la educación nutricional para la prevención y promoción de hábitos saludables.

Actividades por el Día Mundial de la Alimentación

Adicionalmente, el INABIE refuerza estos mensajes en los centros educativos a través de actividades interactivas dirigidas a los docentes, los estudiantes y sus familias, que están siendo intensificadas en octubre declarado por la institución como “Mes de la Alimentación Saludable”, a propósito de que este miércoles se celebra el Día Mundial de la Alimentación.



Durante todo este mes, el instituto de bienestar realizará 226 charlas y talleres en escuelas de todo el país con el apoyo de la Asociación Dominicana para el Estudio de la Obesidad (ASODEO) y la Sociedad Dominicana de Nutrición Clínica y

Metabolismo, ofreciendo a la comunidad educativa información clave sobre la importancia de una dieta equilibrada.

La obesidad en el mundo

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), al menos una de cada ocho personas en el mundo vive con obesidad. En la República Dominicana, el “Estudio sobre el estado nutricional de los escolares beneficiarios del Programa de Alimentación Escolar en el año escolar 2021-2022” subraya que el 31% de la población estudiantil presenta sobrepeso y obesidad, y solo el 18% de los escolares de 5 a 19 años consume frutas diariamente, mientras que la ingesta de embutidos, dulces y bebidas azucaradas es notablemente alta.

Con sus iniciativas, el INABIE busca consolidar una cultura alimentaria que priorice el bienestar para reducir los índices de malnutrición, reafirmando así su compromiso con el desarrollo integral de las nuevas generaciones y contribuyendo a un futuro más saludable para todos.