

ANeM

Para la intervención de la obesidad,  
centrada en la persona

Entidad organizadora

Curso para Educadora/es en Obesidad Infantil

Programa: "Niñ@s en Movimiento"

31<sup>a</sup>  
Edición



29, 30 y 31 Mayo  
2019  
BARCELONA



Vall d'Hebron  
Hospital

# Presentación

En las sociedades desarrolladas la obesidad es la enfermedad nutricional más frecuente en la infancia y adolescencia. Su prevalencia ha aumentado en los últimos años. Si no se trata, en un alto porcentaje de casos tiende a perpetuarse en la edad adulta. Las causas de la obesidad exógena son múltiples.

## ¿Que es Niños en movimiento?

“Niños en Movimiento” es un programa de tratamiento holístico para la obesidad infantil de 11 semanas de duración y de enfoque grupal, que motiva la actividad física, pone especial énfasis en el aumento de la autoestima, en las relaciones sociales y promueve una alimentación normocalórica y equilibrada, tanto del niño como de su entorno familiar, tomando en cuenta la salud general y no solo el peso.

([www.anem.org.es](http://www.anem.org.es))

Después de quince años de aplicación en nuestra institución, los resultados han sido muy favorables, en todas las variables valoradas: antropométricas, dietéticas y psicológicas (Medicina clínica 2008; 131(7): 245-249).

El programa ha obtenido varios premios entre los que destacan el Premio NAOS 2009 y 2017 (Girona), Premio Verdes 2008 y Premio Alexandre Frias i Roig 2007 y ha sido considerado como el programa de referencia en la Obesity la Governance Stakeholder Conference Brussel 2011. En el

2014 y en el 2016 (Girona) recibió el premio PAAS.

Cabe destacar que el sistema sanitario de Girona ha instituido el programa como intervención prioritaria en los centros públicos de atención primaria, para las niñas y niños diagnosticadas/os de sobrepeso y obesidad.

**Objetivo:** El curso tiene el objetivo de formar educadores en obesidad infantil en base al programa “Niñ@s en Movimiento”.

**Dirigido a:** Dirigido a: Dietistas-Nutricionistas, Médicos, Psicólogos, Enfermeros.



**DIRECCIÓN:** Dra. S. Gussinyer | Dra. N. García-Reyna

**ORGANIZACIÓN:** ANeM. Asociación Niños en Movimiento

**ENTIDAD AVALADORA:** Hospital Universitario Vall d'Hebron.

**LUGAR:** Hotel Acevi Villarroel. Barcelona

**INFORMACIÓN:** Dras.: Sandra Gussinyer y Norma García Reyna, Telf.: 675 50 11 81 / 656 95 43 71

**ACREDITACIÓN:** Curso en proceso de acreditación por el Consell Català de la Formació Continuada y por la Comisión de Formación del Sistema Nacional de Salud. Avalado por el Hospital Universitario Vall d'Hebron de Barcelona.

[nensenmoviment@gmail.com](mailto:nensenmoviment@gmail.com) - [www.anem.org.es](http://www.anem.org.es)

# Programa

## Miércoles 29

9:00 a 9:15	Bienvenida y presentación del curso. Prof. A. Carrascosa
9:15 a 11:00	Prevalencia de obesidad en la infancia, una pandemia que reclama nuestra atención. Prof. A. Carrascosa
11:00 a 11:30	Café
11:30 a 12:15	Presentación y resultados del programa: "Niñ@s en Movimiento".
12:15-13:00	Familias NeM. Casos prácticos.
13:00 a 13:30	¿Qué hacer antes de empezar el tt?: - Como recibir al paciente y a su familia. - Concienciación del problema.
13:30 a 14:00	Guía del educador.
14:00 a 15:30	Comida
15:30 a 16:15	Ventajas de la terapia grupal.
16:15- 17:00	Valoración dietética y psicológica. Teoría y práctica.
17:00 a 17:15	Sesión de inicio. Compromisos mutuos.
17:15 a 17:40	La importancia del desayuno.
17:40 a 18:00	Sesión 1. La necesidad de plantearse un objetivo.
18:00 a 18:30	Café
18:30 a 19:30	La estigmatización, Consecuencias psicosociales de ser un niño con Obesidad/ Bullying escolar.

## Jueves 30 (Teoría y práctica)

9:00 a 10:30	Ejercicios físicos de relajación y prácticas experienciales para desarrollar con los pacientes y sus familias. Conociéndose.
10:30 a 11:00	Sesión 1. Imagen corporal.
11:00 a 11:30	Café
11:30 a 12:00	Sesión 1: continuación.
12:00 a 13:00	Sesión 2: Clasificación de los alimentos según las calorías / Medias mañanas y meriendas / Preferencias y aversiones alimentarias.

13:00 a 14:00	Sesión 3 y 4. Importancia de la actividad e inactividad física/Actividad física en la vida cotidiana y actividad física como ejercicio estructurado.
14:00 a 15:30	Comida.
15:30 a 16:00	Comidas y cenas.
16:00 a 17:00	Sesión 5. Ejercicio escritura terapéutica. Etiquetas nutricionales.
17:00- 18:00	Rol playing sesión niños.
18:00 a 18:30	Café
18:30 a 19:30	Derechos personales.

## Viernes 31 (Teoría y práctica)

9:00 a 10:30	Ejercicios físicos de relajación y prácticas experienciales para desarrollar con los pacientes y sus familias.
10:30 a 11:00	Sesión 6: El educador en obesidad infantil como contenedor emocional.
11:00 a 11:30	Café.
11:30 a 12:00	Sesión 6, continuación
11:30 a 12:3	Sesión 7. Hablando de nuestros sentimientos. Asertividad y comunicación efectiva.
12:00 a 12:30	Sesión 8. Comiendo a deshoras, comiendo a escondidas. Cómo evitar los atracones de comida. Recaídas.
12:30 a 13:15	Engaños publicitarios.
13:15 a 14:00	Lo que sí y lo que no. Resolviendo dudas.
14:00 a 15:30	Comida.
15:30 a 16:30	Niños en Movimiento, una experiencia externa. ABS Vall del Tena. Pilar Gussinyer.
16:30 a 17:30	Sesión 9. Rol playing sesión padres.
17:30 a 18:00	Sesión 10. Cambios realizados. Repasando.
18:00 a 18:30	Café.
18:30 a 18:40	Evaluación
18:40 a 19:00	Entrega de diplomas y Clausura.

! Nota: Traer ropa cómoda a partir del segundo día.  
La inscripción incluye comidas, cafés y un kit de materiales para niños, familias y para el educador del programa "Niñ@s en Movimiento".



## Profesorado

**PROF. A. CARRASCOSA**

Catedrático de Pediatría.  
Jefe de Servicio de Pediatría.

**DRA. S. GUSSINYER**

Psicóloga infanto-juvenil.  
Doctora en Psicología Médica.

**DRA. N. GARCÍA-REYNA**

Nutrióloga infanto-juvenil.  
Doctora en psicología.

Creadoras de los programas  
"En movimiento": Niñ@s, Adolescentes y  
Peques. Unidad de Obesidad Infantil.  
Hospital Universitario Vall d'Hebron.

