El programa SÍ! : un gran avance socioeducativo avalado por la ciencia

23/07/2013

El objetivo secundario del trabajo es evaluar mejoras en marcadores asociados a la salud cardiovascular

En su última edición, la revista BMC Public Health añade la Ciencia a la ecuación de la que forman parte también la Educación y la Salud, el triplete imprescindible para empezar a bajar las curvas de prevalencia de enfermedad cardiovascular. El protocolo que acaba de ver sus páginas en la prestigiosa revista supone el aval científico de un proyecto que ya está en marcha y que podría cambiar la salud cardiovascular de toda una generación de niños españoles que, contradiciendo todas las previsiones, llegarían a la edad adulta como personas motivadas en la promoción de la salud, rodeadas de otras que también habrían dejado de lado los hábitos poco saludables.

El programa SÌ! es una de las intervenciones educativas más novedosas de los últimos tiempos. Más allá de incorporar a la educación aspectos tradicionales, como el control de la dieta o la actividad física, introduce componentes adicionales como ayudar a los niños a conocer su cuerpo y a manejar sus emociones.

El punto de partida de este estudio, liderado por la Fundación SHE, que preside el Dr. Fuster, y con la colaboración científica del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC) es sencillo: el inicio de los comportamientos inadecuados que llevan al desarrollo de los factores de riesgo para las enfermedades crónicas ocurre durante las primeras etapas de la niñez. Por esta razón, un programa efectivo para la promoción de la salud debe centrarse en los niños y en su ambiente y, con esta tesis de inicio, comenzó el Programa SÍ! (siglas de salud integral).

En este primer estudio, cuyos primeros resultados –que reflejan los datos a un año del inicio del programa- están pendientes de publicación y que concluirá tres años después del pistoletazo de salida de SÍ! ,en 2014, se define el protocolo del trabajo, con un diseño aleatorizado y controlado escuelas públicas de Madrid y un objetivo principal: evaluar la eficacia del programa SÍ! Para establecer y mejorar comportamientos relativos al estilo de vida en niños de entre 3 y 5 años, así como entre sus padres, profesores y, en general, el ambiente escolar.

El objetivo secundario del trabajo es evaluar mejoras en marcadores asociados a la salud cardiovascular, como los medidas antropométricas, la presión sanguínea y los patrones dietéticos y de actividad física en los niños participantes.

Para validar la hipótesis de los investigadores dirigidos por el Dr. Valentín Fuster, se dividieron los 24 colegios en dos grupos: en el primero se incorporó el Programa SÍ en el currículo escolar. Este consiste en actividades para promocionar la salud cardiovascular en cuatro ámbitos: Dieta, actividad física, gestión emocional y conocimiento del cuerpo y corazón humanos. En los 12 colegios que constituían el grupo control se seguía el programa escolar habitual.

El artículo científico describe las primeras etapas del Programa SI! pero, en la actualidad, el programa se ha extendido a 100 escuelas de Madrid, Cataluña y Galicia implicando aproximadamente a 20000 niños.

Aunque habrá que esperar para saber los resultados finales, los autores consideran que estos serán muy positivos, basándose en los resultados de un programa similar llevado a cabo en Colombia y liderado por el Dr. Fuster, cuyos resultados recogió recientemente la revista American Journal of Medicine.

Así, esperan que el Programa se demuestre científicamente como una estrategia efectiva y sostenible en el tiempo para la adopción de comportamientos saludables desde la etapa más precoz de la vida.

BMC. A cluster randomized trial to evaluate the efficacy of a school-based behavioral intervention for health promotion among children aged 3 to 5

Source URL:https://www.cnic.es/en/noticias/programa-si-un-gran-avance-socioeducativo-avalado-por-ciencia