

# Pla Integral per a la Promoció de la Salut a través de l'activitat física i l'alimentació saludable

## IPAASI

### Què diuen les dades 2013?

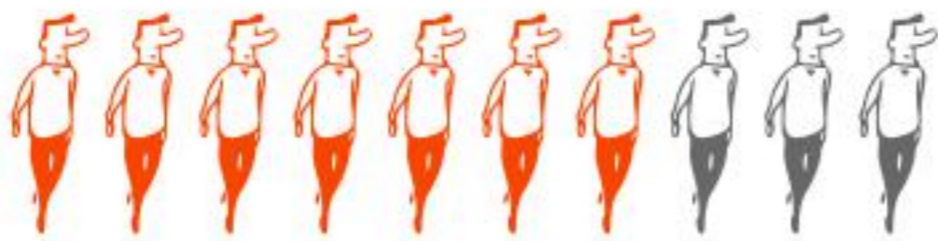


## Adults

1 de cada 10 persones menja les 5 peces de fruita o verdura recomanades



7 de cada 10 persones fan activitat física saludable (> 30 min al dia)



2 de cada 10 persones no es mouen la major part del dia



1 de cada 3 persones té sobrepès IMC entre 25 i 30



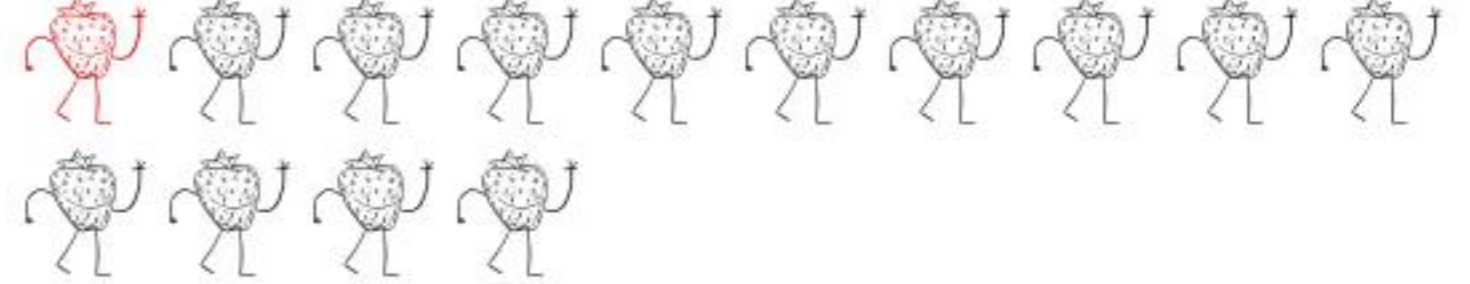
1 de cada 7 persones té obesitat IMC > 30



Font: ESCA 2013

## Infants

1 de cada 14 infants menja les 5 peces de fruita o verdura recomanades



9 de cada 10 infants esmorza les dues vegades recomanades



3 de cada 4 infants mengen poca brioixeria industrial, laminadures, begudes ensucrades i altres productes hipercalòrics



1 de cada 4 infants fan jocs d'esforç físic o esport infantil



1 de cada 5 infants estan més de 2 hores diàries enfront la tv o la consola de jocs



2 de cada 10 infants presenta sobrepès



1 de cada 10 infants presenta obesitat



## Què fem?

El PAAS és la resposta de salut pública per prevenir i controlar l'epidèmia d'obesitat que estan vivint els països industrialitzats i que està en la base de molts dels problemes de salut crònics.

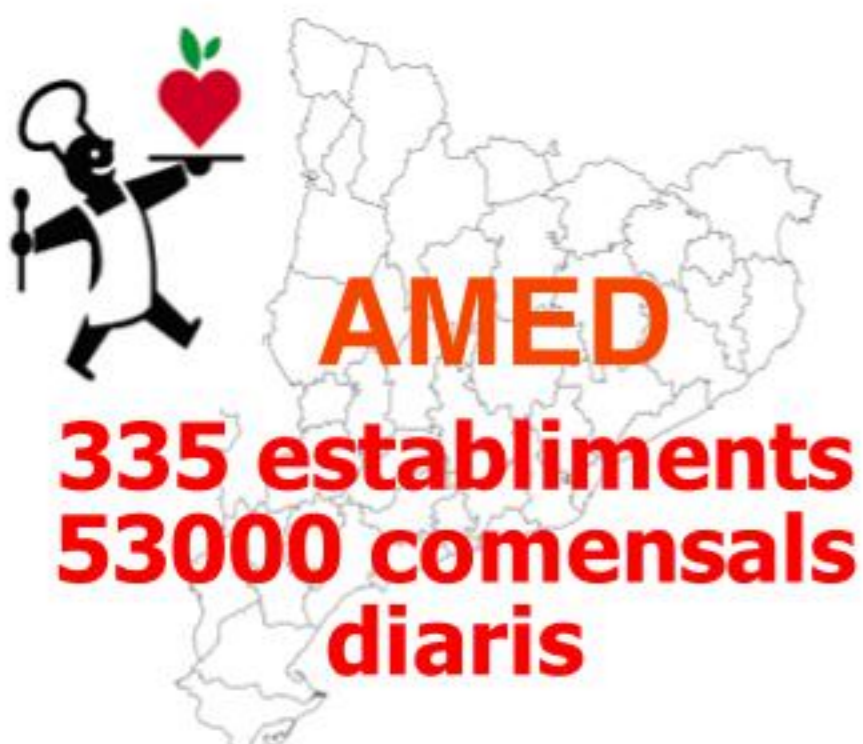
L'enfocament del PAAS és integral i intersectorial.

Treballa per un costat la capacitat de les persones i les comunitats per prendre decisions informades sobre el seu estil de vida i la seva salut i per l'altre, el desenvolupament d'entorns generadors de salut.

Des de la seva posada en marxa a inicis del 2005 ha portat a terme o donat suport a més de 65 accions en els àmbits escolar, comunitari, sanitari i laboral.

Compta amb la participació d'altres departaments de la Generalitat, ajuntaments i ens locals, fundacions, centres universitaris i de recerca, indústria, entitats ciutadanes i institucions i altres recursos de la comunitat.

## Algunes accions del PAAS



Establiments promotors de l'alimentació mediterrània



Pla d'Activitat Física, Esport i Salut



Programa de revisió de programacions de menús escolars a Catalunya