



## PROPUESTA DE VALOR

Es un modelo educativo que incide en las aulas, escuelas, familias y comunidades con el fin de abordar en un contexto social y educativo la problemática de obesidad y deficiencias nutricionales en niños y adolescentes.

### CONTEXTO DEL PROYECTO

En los últimos años en el mundo se ha experimentado un incremento de la prevalencia de sobrepeso y obesidad en todos los grupos de edad, incluyendo en nuestro país.

El exceso de peso en cualquier edad está asociado a la aparición de enfermedades crónicas que son están asociadas a las principales causas de muerte en el país.

### MERCADO META

Niños y adolescentes de los centros educativos a nivel nacional donde se busca prevenir y disminuir la problemática de obesidad y deficiencias nutricionales imperante en el país.

### DESCRIPCIÓN

Póngale Vida® es un modelo educativo que incluye el desarrollo de estrategias en los diferentes escenarios que influyen en el desarrollo integral de niños y adolescentes para abordar, en un contexto social y educativo, las problemáticas de obesidad y deficiencias nutricionales.

- En el aula: 15 minutos activos cada día y promoción de meriendas saludables
- En la escuela: Recreos Activos
- En la familia y la comunidad: Escuela para Padres, Domingos Familiares y Fortalecimiento del Liderazgo Comunitario.

524 docentes y 7.272 estudiantes han sido parte del programa. Se generó una alianza estratégica con el Ministerio de Educación Pública para reformular los menús nacionales y llevar el modelo a todo el país.

### PRINCIPALES VENTAJAS

- Es una alternativa que con recursos básicos desarrolla capacidades en las familias y los escolares para atender efectivamente la obesidad infantil.
- Favorece la colaboración de la comunidad, integra la familia y fomenta la recreación y actividad física obteniendo estilos de vida saludables.
- Se incluye en la escuela sin alterar los horarios ni el currículo escolar.
- Este modelo educativo incorpora el tema de nutrición de forma transversal en el currículo en centros educativos nacionales.

### INVENTORAS

Dra. Xinia Fernández, ex-docente e ex-investigadora, ENu, UCR

Lic. Raquel Arriola, docente e investigadora, ENu, UCR

Derechos de autor y marca registrada

### Contacto

Ing. Mauricio Villegas Rojas  
Gestor de Innovación, PROINNOVA, Universidad de Costa Rica  
Tel: (506) 2511-5852 Email: mauricio.villegas@ucr.ac.cr  
www.proinnova.ucr.ac.cr