



## Programa de formación para la mejora de la nutrición infantil en 100 familias en Galicia.



### 1. Identificación del proyecto.

Somos **Hai que roelas!**, una entidad cuyo objetivo es ayudar a las personas gallegas a tener una buena salud a través de una alimentación sana y sostenible.

[La obesidad en el mundo va en aumento entre los más jóvenes en los últimos años](#) y la mayoría de nuestros hábitos alimenticios los adquirimos en nuestros primeros años de vida viviendo con nuestros progenitores. [La tasa de obesidad en Galicia es de las más altas de España y, además, va en aumento.](#)

Por ello, se formará a 100 padres o madres para mejorar la alimentación de sus futuros hijos.

### 2. Justificación.

España es uno de los países suscritos al plan estratégico global compuesto por 17 Objetivos de Desarrollo Sostenibles, 169 metas a alcanzar y más de 247 indicadores de cumplimiento. Además, España está suscrita al [Plan de aplicación integral sobre nutrición materna, del lactante y del niño pequeño](#) que tiene como una de sus metas de cara a 2025 lograr que no aumenten los niveles de sobrepeso en la niñez, [tal y como indican las medidas de la OMS.](#)

### 3. **Beneficiario/as. Directos/Indirectos.**

Beneficiarios/as directos: Progenitores instruidos.

Beneficiarios/as indirectos: las familias de todas las personas que estén en el curso y personas que quieran conocer cómo alimentar a sus futuros hijos/as. (esto último se debe al plan para la sostenibilidad del proyecto. Actv8.RE1)

### 4. **Objetivo General. OG.**

ODS 3. Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades.



ODS 3.4: De aquí a 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante su prevención y tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar.

### 5. **Objetivo Específico: OE**

Formar 100 personas en etapa de embarazo en sus familias para reducir la obesidad en infancia de los niños y niñas españolas con el fin de reducir la tasa de mortalidad atribuida a las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la diabetes o las enfermedades respiratorias crónicas del indicador 3.4.1. de los ODS.

### 6. **Resultado/s Esperado/s: RE**

RE1.OE1: 100 personas que, o bien ellas mismas, o bien su pareja, están embarazadas hayan sido instruidas en el programa de formación para la mejora de la nutrición infantil en Galicia.

RE2. OE1: Conseguir que 100 personas se inscriban en el curso mediante publicidad en redes y medios.

## 7. Actividades. Actv.

Nº	RE	Actividad
		<b>Curso</b>
Actv1	RE1	Contratación de un nutricionista. (*Coste Hora: 11, 80, según Convenio Estatal de Acción Social)
Actv2	RE1	Creación de un programa para las clases
Actv3	RE1	Creación y búsqueda de contenidos para la impartición de las clases
Actv4	RE1	Registro de las personas apuntadas (con el objetivo de enviar los correos)
Actv5	RE1	Envío de correos a las personas apuntadas con la clave de la reunión de Teams y un vídeo explicativo de cómo funciona Teams.
Actv6	RE1	Envío de correos con algunas píldoras elementales o vídeos explicativos 5 días antes del inicio del programa de menos de 5 minutos
Actv7	RE1	Impartición de las clases (2 horas por semana durante 4 semanas)
Actv8	RE1	Subir a una plataforma de MOOC para que tenga una sostenibilidad en el tiempo (Udemy, Coursera...) junto a la bibliografía y contenidos de las clases y que sus beneficios los reciba como pago el profesional por seguir respondiendo a las preguntas de las personas que vean el curso.
		<b>Marketing y redes sociales</b>
Actv9	RE2	Creación y búsqueda de contenidos para redes sociales
Actv10	RE2	Creación de una página web para que se apunte la gente.
Actv11	RE2	Creación de redes sociales.
Actv12	RE2	Contacto con la consellería de sanidad de la Xunta de Galicia para que publicite el programa.
Actv13	RE2	Contacto con medios (TVG, RTVG, La Voz de Galicia...)
Actv14	RE2	Publicación de contenido en las redes sociales
		<b>Evaluación</b>
Actv15	RE1	Evaluación participativa del proyecto del programa

### Datos de contacto:

Carlos Crujeiras Miranda - Gestor de Proyectos:

**Linkedin** <https://www.linkedin.com/in/carlos-crujeiras-miranda/>

**Email** [charly.ccm60@gmail.com](mailto:charly.ccm60@gmail.com)

