

7 de maig de 2013

[Translate](http://translate.is/) [<http://translate.is/>]

La UdL promou l'alimentació mediterrània i l'activitat física entre treballadors i estudiantat

■ Les cafeteries dels campus reben l'acreditació AMED de l'Agència de Salut Pública de Catalunya

Les cafeteries de l'Escola Tècnica Superior d'Enginyeria Agrària (ETSEA) i del campus de Cappont, del Grup Soteras, i la cafeteria de l'edifici del Rectorat de la Universitat de Lleida (UdL), d'Amanik SL, han rebut avui l'acreditació **AMED** [<http://www.amed.cat/home.php>] que l'Agència de Salut Pública de Catalunya atorga als establiments que promouen la dieta mediterrània.



[/export/sites/universitat-lleida/ca/serveis/](http://export/sites/universitat-lleida/ca/serveis/)

[+] AMPLIAR

D'esquerra a dreta: Gemma Salvador, Antoni Mateu, Santiago Soteras, Xavier Nogué i Jesús Avilla / Foto: UdL

L'acte de lliurament, que ha tingut lloc al campus d'ETSEA, ha comptat amb la presència de Jesús Avilla, vicerector de Campus de la UdL, Antoni Mateu, Secretari de Salut Pública del Departament de Salut, Gemma Salvador, coordinadora d'AMED, Santiago Soteras, president executiu del Grup Soteras i Xavier Nogué, gerent d'Amanik SL.

El projecte AMED forma part del Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludables (PAAS) de l'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT). Hi col·laboren ajuntaments, consells comarcals i gremis de restauració, identifica i acredita els establiments que ofereixen opcions d'alimentació mediterrània i d'oci actiu pels seus usuaris. L'acreditació garanteix la utilització de l'oli d'oliva, l'abundància de verdures, hortalisses, llegums, fruita fresca, peixos i carns magres, la inclusió de productes integrals i l'oferta de làctics amb baix contingut en greix. Els establiments de la UdL que compleixen aquests requisits disposen de 635 places (250 a ETSEA, 300 a Cappont, i 85 a Rectorat) i serveixen al voltant d'un total de 300 menús diaris els dies laborables.

L'ASPCAT també ha acreditat a Lleida, les cafeteries de l'Hospital Universitari Arnau de Vilanova i de l'Hospital de Santa Maria, a més de tres albergs de la Xarxa Nacional d'Albergs Socials de Catalunya (Xanascot) i dos restaurants.

Actualment hi ha 78 municipis amb 246 establiments acreditats AMED que tenen capacitat per oferir alimentació mediterrània a més de 41.000 comensals a tot Catalunya, ha explicat Antoni Mateu, el qual ha insistit en la importància d'una dieta saludable i de l'activitat física com a pilars de la salut.

■ Projectes

escales

D'altra banda, i també dins el programa PAAS, la Universitat de Lleida, ha posat en marxa el Projecte Escales

que pretén incorporar l'activitat física en l'entorn laboral amb una activitat fàcil d'implementar -ja que no calen recursos addicionals- com és utilitzar habitualment les escales. Per facilitar la consolidació d'aquesta pràctica saludable dins de l'entorn on es realitzen una bona part de les activitats quotidianes, la UdL ha col·locat rètols ben visibles (adhesius i cartells), situats a llocs estratègics dels edificis – punts de decisió: recepció, ascensor, graons- amb missatges que promouen l'ús de les escales.

El vicerector de campus de la UdL, Jesús Avilla, ha explicat que el Projecte escales és una acció més de les què la UdL fa per fomentar l'exercici físic. En aquest sentit, ha esmentat el programa de préstec de bicicletes per a l'estudiantat que impulsa la mobilitat sostenible entre els diferents campus de la Universitat.

Segons dades de les regions sanitàries a l'Enquesta de Salut de Catalunya 2010-2012: El percentatge de població sedentària de 18 a 74 anys a la Regió Sanitària de Lleida és de 14% en homes i 19,7% en dones (a Catalunya 15,9% i 18,2% respectivament). I el percentatge de població de 15 a 69 anys amb activitat física saludable és de 59,1% en homes i 64,2% en dones (a Catalunya 73,9% i 70% respectivament).