

Ponte en forma, Somerville COME BIEN Y JUEGA CON GANAS  
IP – Christina Economos  
Tufts University

A través de mediciones de la eficacia, este estudio se propone demostrar la factibilidad de asociarse con la comunidad a fin de crear, divulgar, poner en práctica y evaluar “Ponte en forma, Somerville: come bien y juega con ganas”, una intervención con base en la comunidad destinada a cambiar el entorno a fin de prevenir la obesidad en los niños de los primeros años de la escuela primaria, culturalmente diversos y en situación de riesgo. Con base en el trabajo de formación con padres, niños, maestros, representantes del servicio de comedor escolar, las autoridades escolares y representantes de la comunidad, se organizará una campaña de amplia base comunitaria con estrategias específicas para realizar cambios al entorno de los niños de los primeros años de escuela primaria. Estas estrategias cambiarán los entornos en los cuales se desempeñan los niños antes, durante y después de la escuela, con apoyo de cambios en el hogar y la comunidad, a fin de cambiar las conductas y mantenerlas. La intervención que tiene como blanco a los niños insertará la ecuación de la energía en el equilibrio a través de numerosas opciones de actividades físicas que representen un total de 125 Kcals. por día y el mejoramiento de la composición de los alimentos servidos y las opciones alimenticias, en particular las meriendas, disponibles durante todo el día. Este estudio medirá el nivel de conocimiento y participación de los socios y residentes dentro de la comunidad. Además se monitoreará internamente el cambio del valor-z de IMC en 700 niños de Somerville, y externamente en 1,000 niños de control de dos comunidades geográficamente similares, durante un año. Dicho cambio será comparado con el cambio del valor-z de IMC entre los niños que participen en el programa *Shape up Somerville* y niños de las comunidades de control durante el año de la intervención y el un año de seguimiento. Si la iniciativa Somerville resulta exitosa, servirá de comunidad modelo que allanará el camino hacia una acción de cambios en los entornos a nivel nacional para prevenir la obesidad a nivel de las comunidades, eficaz en función de los costos.