

En el marco del Proyecto **PROMESA-AEP** (Plataforma de Reestructuración y Organización Multidisciplinar de Estrategias en Salud del Adolescente)

La Asociación Española de Pediatría presenta la web #HazClick para promocionar hábitos saludables en los adolescentes

- Esta campaña nace con el objetivo de introducir la salud entre los temas de conversación de los jóvenes y fomentar los hábitos de vida saludable en esta población.
- Los contenidos están adaptados a los jóvenes en temáticas, lenguaje y formatos que se utilizan para dar respuesta a sus dudas, preocupaciones e intereses.
- Entre los primeros artículos se abordan las falsas ideas sobre las frutas y las verduras.
 Asimismo, se plantea un test para detectar ideas erróneas sobre el consumo de alcohol.

Madrid, 13 de mayo de 2019.- La Asociación Española de Pediatría (AEP) ha presentado #HazClick, su nueva página web dirigida a promocionar los hábitos saludables entre los adolescentes y convertir la salud en un tema de conversación de esta población. Dentro del entorno digital de la AEP, esta iniciativa adaptada al lenguaje de los jóvenes comienza su andadura con contenidos para desterrar los mitos y falsas creencias sobre las verduras, por un lado, y el consumo de alcohol, por otro. Según explica la presidente de la AEP, la doctora Mª José Mellado, esta campaña "pretende dar respuesta a algunos comportamientos y conductas de los adolescentes españoles que pueden incidir en su salud y que, pueden también tener un impacto social".

La campaña #HazClick nace en el marco del Proyecto PROMESA-AEP (Plataforma de Reestructuración y Organización Multidisciplinar de Estrategias en Salud del Adolescente), que tiene como objetivo sensibilizar a todos los agentes implicados (administración, educadores, familias, pediatras y profesionales sanitarios en general) sobre los comportamientos y situaciones de riesgo frecuentes en este grupo de población. Y es que, tal y como señala la doctora



Mellado, los pediatras "llevamos tiempo observando el incremento de la obesidad infantil, el aumento de las enfermedades de transmisión sexual entre adolescentes, embarazos no deseados, y el deterioro de las relaciones intrafamiliares, entre otros problemas. Como sociedad científica encargada de velar por la salud y el bienestar integral de los jóvenes, no podemos permanecer impasibles".

Así, a través de #HazClick la Asociación Española de Pediatría quiere impactar de manera positiva en esos comportamientos de riesgo para que sean los propios jóvenes quienes tomen sus decisiones

basados en información. "Para llegar a ellos tenemos que adaptarnos a su lenguaje, a sus formatos y a sus canales, por eso no solo hemos elegido los entornos digitales para llegar hasta ellos, sino que hemos apostado por contenidos que verdaderamente den respuesta a sus dudas más frecuentes", añade la doctora Mellado. Los contenidos, que tratarán temas como el consumo de sustancias tóxicas, al abuso de las nuevas tecnologías, la falta de protección en las relaciones sexuales o la importancia de una dieta equilibrada y de practicar ejercicio físico, entre otros, están elaborados por los diferentes Comités de expertos que integran la AEP como el de Nutrición, Promoción de la Salud, Medicamentos o el Comité Asesor de Vacunas, entre otros.

¿Se considera la patata una verdura? ¿el alcohol adelgaza?

En los primeros contenidos, la AEP ha apostado por consejos sobre la alimentación y el consumo de alcohol para desterrar falsas creencias en estos ámbitos. El primero de los artículos no solo recuerda los beneficios que tiene el consumo de frutas y verduras, sino que se explica los motivos que hay detrás de las recomendaciones como que las patatas, aunque son vegetales, son cereales y no verduras; que los zumos tienen más azúcar que la fruta entera o que las frutas y verduras realizan funciones en el organismo que no pueden ser sustituidas por los suplementos de vitaminas y minerales.

Por otro lado, para tratar el tema del consumo abusivo de alcohol se plantea un test sobre las ideas erróneas más extendidas, aclarando por qué esta sustancia no adelgaza o los motivos por los que su consumo te puede deprimir, entre otras. "En esta campaña intentamos basar la información según sus intereses, sus preocupaciones y sus dudas. Normalmente tendemos a decir a los jóvenes lo que tienen o no tienen que hacer, y además según lo políticamente correcto, pero se nos olvida que debemos adaptarnos a sus preocupaciones, o buscarán la información en otro lado", concluye la doctora Mellado.

Sobre la Asociación Española de Pediatría (AEP)

La Asociación Española de Pediatría es una sociedad científica que representa a cerca de 14.000 pediatras que trabajan tanto en el ámbito hospitalario como de atención primaria. Está integrada por todas las sociedades científicas de pediatría regionales y las sociedades de pediatría de las distintas especialidades. El principal objetivo de la asociación es velar por la adecuada atención sanitaria, fomentar el desarrollo de la especialidad, tanto en sus aspectos asistenciales como en los docentes y de investigación, además de asesorar a todas aquellas instituciones competentes en asuntos que puedan afectar o afecten a la salud, desarrollo e integridad del niño y del adolescente.