

San Diego, California **SALUD+HEALTH info** in English & en Español

SALUD



www.sdSALUDinfo.com



Michelle Obama visita San Diego

**La Primer Dama de los Estados Unidos
en campaña contra la obesidad infantil**

La Campaña LET'S MOVE!, es una motivación para tener una vida más larga, saludable y feliz

Durante las últimas cuatro décadas, las Primeras Damas de los Estados Unidos se han dado cuenta de que su posición les dá una oportunidad de hacer algo que ayude a los residentes del país para que mejoren sus vidas. Nancy Reagan promovió el mensaje de "Di NO a las drogas" para los niños. Laura Bush apoyó la promoción de la lectura y la educación en los primeros cinco años. Hillary Clinton empezó una reforma nacional de salud. Ella, junto con los senadores Ted Kennedy y Orrin Hatch, logró la aprobación del programa de State Children's Health Insurance Program en 1997. Un esfuerzo federal que proporcionó la cobertura médica para los niños, cuyos padres no podían proporcionárselos. En 1997, la Sra. Clinton inició, guió y apoyó el acta de Adoption and Safe Families Act. Uno de sus mayores logros como Primera Dama.

En 2010, el Presidente Barack Obama estableció un grupo de trabajo que se enfocará en combatir la obesidad Infantil llamado "Task Force on Childhood Obesity". El grupo debería desarrollar e implementar un plan institucional, una estrategia detallada que coordinará, identificará los puntos claves, y desarrollará un plan de acción para acabar con el problema de la obesidad infantil en una generación. Como dirigente, y a la cabeza del equipo quedó la actual Primera Dama, Michelle Obama.

La obesidad se ha convertido en un problema y peligro para todos los niños en Estados Unidos. El sobrepeso limita la actividad física de un niño y contribuye a una baja autoestima, pero lo que es aún más preocupante, es que la obesidad infantil es un serio factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas, como problemas de salud cardiovascular, presión arterial elevada, asma, y/o diabetes tipo 2.

Según datos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC) la obesidad infantil ha alcanzado niveles epidémicos en los Estados Unidos. En los pasados 30 años se ha más que triplicado, llegando a afectar a más de 9 millones de niños y adolescentes. Los datos también mencionan que el 7.3 por ciento de los niños, y el 5.5 por ciento, de las niñas se consideran extremadamente obesos. Estas alarmantes cifras deben de provocar la chispa que haga reaccionar a los padres, los médicos y al gobierno para hacer algo

y evitar que continúe creciendo el número de niños con sobrepeso.

En enero, la primera dama Michelle Obama, junto con Kathleen Sebelius la secretaria del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS), y Regina Benjamin quien tiene la posición de Cirujano General de EU., se reunieron para anunciar los planes que desarrollaron para ayudar a los estadounidenses a llevar una vida más saludable a través de una mejor nutrición, llevando actividad física regular, y con la promoción de decisiones saludables que motiven a las diferentes comunidades y sectores de la nación.

Para empezar a hablar sobre el problema de la obesidad infantil en el país, la Sra.



Obama utilizó como primer plataforma a los propios jardines de la Casa Blanca. Ella comenzó hablando sobre los grandes beneficios de una buena alimentación, para tener una vida saludable. Apoyándose en la enseñanza del

cultivo de vegetales, les hablo de lo necesario que es aprender a conocer y disfrutar de las frutas y verduras desde los primeros años. Así la primera dama, la señora Michelle Obama comenzó una conversación nacional sobre la salud de los niños de Estados Unidos, y así comenzaron a germinar las primeras semillas de la campaña Let's Move.

"El aumento de la obesidad en este país es una crisis de salud pública que amenaza el futuro de nuestras familias, nuestros hijos, y nuestro futuro" dijo la primera dama Michelle Obama, agregando "De hecho, las consecuencias de salud son tan severas que los expertos, los médicos, nos han advertido de que nuestros hijos podrían tener vidas más cortas que nosotros, sus padres. Este es un mensaje muy importante que quiero hacer público, para dirigir la atención de la Nación y me ayuden a detener la epidemia de obesidad. No tenemos un momento que perder. Vamos a Movernos! "Let's Move!"

En febrero, la administración de Obama dio a conocer la distribución de más de 400 millones de dólares para financiar un subsidio federal llamado: Healthy Food Financing Initiative. Estos fondos federales están destinados a apoyar a través de América a proyectos diversos que van desde la construcción o ampliación de los almacenes para surtir productos frescos en tiendas y establecimientos que provean de básicos a las comunidades marginadas de zonas urbanas y rurales donde su actual situación pone en riesgo nutricional a su comunidad. Estas zonas desprovistas de los alimentos necesarios para la nutrición de sus residentes son llamadas "food deserts". Frecuentemente son zonas económicamente restringidas, donde sólo se cuenta con pequeñas tiendas



La campaña nacional "LET'S MOVE," es una iniciativa coordinada para evitar la obesidad infantil. Los cuatro pilares de la campaña son: escuelas saludables, acceso a alimentos económicos y saludables, influenciar a las familias para que tomen decisiones saludables, y elevar los niveles de actividad física.

sectores de salud, de educación y promoción de salud infantil, en las comunidades. Trabajando juntos, todos podemos ayudar a los niños y jóvenes a ser más activos, comer mejor y mantenerse saludables.

La Primera Dama Michelle Obama en San Diego

Con emoción, y aprecio por nuestro condado, con les informamos que el pasado mes de abril, la primera dama Michelle Obama estuvo en San Diego, y junto con Robert K. Ross, MD, CEO del California Endowment, anunció the Building Healthy Communities Initiative, un subsidio federal que apoya el desarrollo de comunidades saludables, y que es parte de la campaña Let's Move! El evento tuvo lugar en una granja urbana del barrio de City Heights llamada New Roots Community Farm garden. Las organizaciones Mid-City CAN y el International Rescue Comitee trabajaron cientos de horas para organizar el evento.

que ofrecen pocos o ningún producto fresco. La falta de opciones saludables en alimentos puede provocar niveles más altos de obesidad y otras enfermedades relacionadas con la dieta, como son diabetes, cáncer y enfermedades cardíacas.

"Es importante que las personas elijan alimentos frescos y nutritivos", comentó la Secretaria de Salud, Kathleen Sebelius, agregando: "Para que se logre este objetivo, se deben tener disponibles estos alimentos. Esto no sucede en demasiadas zonas urbanas y comunidades rurales de nuestro país. Esta iniciativa pretende ayudar a resolver este problema, y debe funcionar porque está planeada para fortalecer la economía de las comunidades de bajos ingresos mediante el desarrollo empresarial y la creación de empleo".

A mediados de febrero, la primera dama Michelle Obama anunció su ambiciosa meta nacional de terminar con el problema de la obesidad infantil y para lograrlo, dio a conocer la campaña nacional Let's Move. Esta campaña involucra a todos los sectores que pueden ayudar a lograr el objetivo, como son las familias, las escuelas y las organizaciones y

"The Building Healthy Communities Initiative tiene un mensaje simple: niños saludables provienen de ambientes saludables," dijo la primera dama Michelle Obama, "Si una familia vive cerca de una tienda donde tienen alimentos saludables, es muy probable que las personas de la familia caminen cuando vayan a esta tienda y pongan frutas y vegetales frescos en su mesa. Si hay calles y áreas verdes seguras para caminar y jugar, es muy seguro que los padres y sus hijos



La Primer Dama Michelle Obama en San Diego

CONTINUA

salgan y vayan a jugar después de la escuela y los fines de semana. Si nuestro medio ambiente está limpio y libre de contaminación, los niños se enfermarán menos y pueden salir mas a pasear y disfrutar del aire libre. La iniciativa Building Healthy Communities Initiative se realizó para proveer a las personas con lo necesario para tomar decisiones saludables para ellos y sus familias " .

New Roots Community Farm garden es una hortaliza urbana elegida para que la Sra. Obama viniera a San Diego a hablar de sus planes y de la campaña Let's Move. Ella mostró su admiración por el lugar y al momento en que paraba de caminar por la hortaliza y disfrutaba el aroma de la menta y las espinacas frescas, comentó "Este es un modelo a seguir al construir comunidades saludables en toda la nación, y alrededor del mundo" .

Hace tres años, el New Roots Community Farm garden era un terreno baldío de 2.3 acres en la calle 54 y la Avenida Chollas dentro del barrio de City Heights, ahora se ha convertido en una fuente abundante de alimentos nutritivos, más de 80 inmigrantes quienes junto con sus familias son los agricultores de la hortaliza; la cual es tan abundante, que algunos de los productos frescos se venden en el mercado al aire libre de la comunidad, el Farmer's Market de City Heights.

Este mercado en City Heights es el logro de un proyecto comunitario que se planeó para mejorar la salud de las familias de bajos ingresos de la comunidad aumentando el acceso de frutas y vegetales frescos. Para lograrlo se requirió el entusiasmo de más de 20 organizaciones locales, quienes estuvieron bajo la dirección de la Red para una California Saludable, Network for a Healthy California-San Diego Nutrition Network, y Mid-City Community Advocacy Network. Y, además, ayudó la contribución y apoyo del Supervisor Ron Roberts. Este mercado refleja la diversidad cultural de una zona, con más de 78 000 habitantes y más de 30 lenguas distintas. A los residentes de City Heights, les ofrece un lugar donde pueden compartir su cultura a través de sus alimentos, artesanías, y conversación. Pero, además, es el primer mercado popular en el



que ayudan a las personas a obtener la asistencia que necesitan de los programas nutricionales y de estampillas para alimentos.

El New Roots Community Farm garden es más que un jardín donde abundan hortalizas frescas, es un lugar que ofrece la oportunidad de convivencia a los refugiados internacionales quienes forman la comunidad. Donde pueden convivir y al compartir su tiempo, desarrollar amistades que superan las diferencias culturales, lo que es especialmente importante las personas de la tercera edad con los niños de la comunidad que, además, comparten los beneficios de salud que se obtienen al tener hortalizas frescas.

La señora Obama comentó que el resultado de esta hortaliza en San Diego, demuestra que los agricultores procedentes de diferentes rincones del mundo compartimos un problema común en América y que debemos hacer algo para evitar la falta de productos frescos que está causando graves problemas de salud. "Este lugar es fenomenal" comentó a los más de 300 invitados a la reunión. "Los refugiados aunque hablan diferentes idiomas lograron recaudar los fondos necesarios para empezar sus hortalizas, y trabajando arduamente, y compartiendo los azadones y mangueras, lo lograron. Han compartido entre si las cosechas, recetas y entre otros beneficios, también el perder peso" agregó la señora Obama, continuando: "Sé que todos los que han participado no pudieron estar aquí, pero quiero expresarles mi emoción, y gratitud porque estamos enterados y apoyando el trabajo que están haciendo. Todos son un modelo para la nación, para el mundo.

La primera dama les pide a todos que se unan a ayudarle a cuidar de la salud de los niños en América: " Residentes de San Diego, Vamos a Movernos! LET'S MOVE!"

Foto 1. Michelle Obama saludando a los presentes.

Foto.2 Grupo de jovencitas residentes de los alrededores y participantes de la hortaliza de New Roots Community Farm.

Foto.3 Michelle Obama con Zara Marselian CEO del Centro de Salud "La Maestra" que actualmente atiende a los residentes del área ofreciéndoles una gama completa de servicios médicos y sociales, con personal que habla más de 7 idiomas.

Foto 4- Robert K. Ross, MD, CEO del California Endowment, anunciando la iniciativa de "Building Healthy Communities".

Foto 5- Primer Dama Michelle Obama promoviendo el mensaje de la campaña LET'S MOVE! y a su lado derecho, Ruben Abazari le muestra su apoyo.

