

## Template para envío de Proyectos de investigación

**Autor/es responsable:** David Sánchez Oliva (Universidad de Extremadura) y José Castro Piñero (Universidad de Cádiz)

**Participantes de RIIDASS:** Daniel Camiletti Mirón y José Castro Piñero.

**Título del proyecto:** Let's move Europa: School-based promotion of healthy lifestyles to prevent obesity

**Financiación:** 399.379€ (Proyecto Europeo financiado por la UUEE)

**Líneas de investigación / Área de investigación:**

Actividad Física y Salud en niños y adolescentes  
Promoción de estilos saludables desde centros escolares

**Disciplina OECD/ANEP:**

**Disciplina OECD:** CIENCIAS SOCIALES – Ciencias de la educación – Educación General.

**Disciplina ANEP:** CIENCIAS SOCIALES – Ciencias de la educación

**Estado del Período del proyecto (año de inicio y finalización - 5 años atrás):**

**01/01/2021 - 31/12/2023**

**Instituciones participantes en el proyecto:**

**Entidad Coordinadora**

- University of Extremadura

**Partners**

- University of Cadiz
- University of Castilla la Mancha
- University of Lisbon
- University of Porto
- University of Cote D`Azur
- University of Bologna
- Ulster University
- Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte
- Sociedade Portuguesa de Educação Física
- Azur Sport Santé
- Moving School 21
- Council for the Curriculum, Examinations and Assessment
- Europeactive

**Grupo poblacional estudio del proyecto:**

Niños, adolescentes, profesores/as y padres/madres.

**Página web – contacto y/o redes sociales del proyecto:**

Por construir

**Resumen español e inglés (Máximo 300 palabras):**

La inactividad física es uno de los grandes problemas de salud del siglo XXI y un factor de riesgo principal para el sobrepeso y la obesidad. A pesar de los reconocidos beneficios de la actividad física (AF), solo el 29% de los jóvenes europeos cumplen las pautas recomendadas de al menos 60 minutos de AF diaria de moderada a vigorosa. El entorno escolar proporciona un entorno ideal para promover estilos de vida saludables entre los jóvenes, ya que las iniciativas pueden dirigirse a toda la comunidad escolar.

El objetivo principal de este proyecto es diseñar e implementar un conjunto de estrategias y recursos que permitan a la comunidad educativa promover estilos de vida saludables con el fin de reducir los factores de riesgo de enfermedades no transmisibles.

El proyecto tiene una duración de 3 años, y será desarrollado por 14 instituciones académicas y no gubernamentales de España, Portugal, Francia, Italia y Reino Unido. Los beneficiarios directos del proyecto serán los profesores y padres/madres, mientras que los beneficiarios indirectos del proyecto serán los estudiantes de primaria y secundaria. El proyecto EUMOVE estará organizado en dos fases. Una primera fase en la que se desarrollarán un conjunto de estrategias y recursos para el desarrollo de clases físicamente activas, la implementación de descansos activos, el fomento del desplazamiento activo hacia/desde el centro educativo, unidades didácticas sobre la promoción de estilos de vida saludables, el fomento de hábitos saludables durante la jornada escolar o recursos para padres sobre la promoción de estilos de vida saludables. Además, durante la segunda fase del proyecto se llevarán a cabo diferentes actividades de difusión de los recursos creados en la etapa inicial. Concretamente, en todos los países participantes en el proyecto se desarrollará un seminario científico dirigidos a profesores e investigadores, un taller con profesores que incluye la formación práctica sobre cómo utilizar los recursos didácticos creados en la fase inicial y un taller con padres para ofrecer recomendaciones para promover un estilo de vida saludable en sus hijos/as.

Por lo tanto, el proyecto EUMOVE ofrece recursos innovadores y basados en la evidencia científica para ser aplicados por la comunidad educativa con el objetivo de promover la práctica de actividad física, adecuados hábitos nutricionales y tiempo de sueño, así como reducir el tiempo de sedentarismo entre los niños y adolescentes europeos.

Physical inactivity is a worldwide public challenge and a leading risk factor for overweight and obesity. Despite the well-recognized benefits of physical activity (PA),

only 29% of European youth meet recommended guidelines of at least 60 minutes of daily moderate-to-vigorous PA. The school setting provides an ideal environment to promote healthy lifestyles among young people as initiatives can target all students and the whole school community. The main goal of this project is to design and implement a comprehensive set of strategies and resources to enable the educational community to promote healthy lifestyles in order to reduce risk factors for non-communicable diseases.

This is a 3-year project delivered by a collaboration between academic and non-governmental institutions from Spain, Portugal, France, Italy, and the United Kingdom. The direct beneficiaries of the project will include school leaders, teachers, and parents, and indirect beneficiaries will be primary and secondary students. EUMOVE project will develop a set of strategies and resources such as Physically Active Lessons Toolkit, Real Time Active Breaks Platform, Active School Commuting Toolkit, Learning Units about healthy lifestyles promotion, School Leaders toolkit, Parents Toolkit about promoting healthy lifestyles, and Mobile phone APP. Project dissemination will be implemented across each partner region and includes: Online dissemination through a Learning Platform, Scientific Seminars aimed at teachers and researchers, Workshops with teachers including training on how to use the teaching resources, and Workshops with parents providing recommendations for promoting healthy lifestyle in their children.

Thus, the EUMOVE project offers evidence-based and innovative resources to be applied by the educational community in the real-world setting to promote PA levels, appropriate diet and sleep habits, and reduce sedentary time amongst children and adolescents across a number of European countries.