

# HEZKUNTZA NUTRIZIONALA: GLUTEN GABEKO DIETA SEGURUA, OREKATUA ETA INKLUSIBOA

Maialen Vázquez-Polo, Maialen Diez, Gesala Perez-Junkera, Idoia Larretxi, Itziar Txurruka, Arrate Lasa, Olaia Martinez, María Ángeles Bustamante, Jesús Salmerón, Virginia Navarro.

*1* Gluten3S ikerketa taldea, Farmazia eta Elikagaien Zientziak Saila, Farmazia Fakultatea, Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU).

maialen.vazquez@ehu.eus

## 1 SARRERA



Gaixotasun Zeliakoa (GZ) gure inguruan ohikoena den heste patologia kronikoa da. Gaur egun, gaixotasunaren tratamendu bakarra bizi osorako gluten gabeko dieta (GGD) zorrotza jarraitzea da.



GGDk osasun fisikoa bilatzen du, baina,aldi berean, bizi kalitatean eragina du, batez ere bizi kalitate sozialean eta familiakoan.



Osasun hezkuntza garatzea eta pertsona zeliakoei eskaintzea beharrezkoa da euren gaitzari, GGDri eta egoera sozialari aurre egiteko. Nutrizio Hezkuntza (NH) programak osasun fisikoa eta soziala bilatu behar ditu.



Gaixotasunak zeliakoaren inguruko pertsonetan duen inpaktua handia izanik, pazienteari ez ezik, hezkuntza populazio osoari ere zuzentzea interesgarria da.

## 2 HELBURUA

Populazio orokorraren Nutrizio Hezkuntza sustatzeko esku-hartze bat diseinatzea

## 4 EMAITZAK

1

Interbentzio bat diseinatu da, ZELIAKIDE izenekoa

- ✓ Kuasi-esperimental
- ✓ Longitudinala
- ✓ Aleatorizatu
- ✓ Multzokatua
- ✓ Geruzatua
- ✓ Kontrolatua

2

Interbentzioaren eragingortasuna ebaluatzeko erreminta diseinatu da.

Galdetegi espezifikoa

Interbentzioaren aurretik eta, 1 eta 6 hil ondoren

## 5 ONDORIOAK

✓ Diseinatutako interbentzioak populazio orokorraren kontzientziazioaren bidez kolektibo zeliakoaren inklusio soziala bultzatzea eta populazio orokorraren, eta bereziki zeliakoaren, dietan aldaketa positiboak eragitea espero da.

✓ Proposatutako jarduerak hauren bestetik zaintza eta ondoriozko inklusioa bultzatuko dituela uste da.

✓ Zeliakoen bizi kalitatea hobetze aldera, beharrezkoa da zeliakiaren tratamendua ikuspuntu zabalgotik jorratzea, horregatik, lan hau aurrerapauso garrantzitsua da.

## 7 ESKER ONAK

- MVP eta GPJ ikertzaileak prestatzeko kontratuen onuradunak dira, zehazki, UPV/EHU-ko kontratu baten eta Eusko Jaurlaritzako beste kontratu baten onuradunak dira, hurrenez hurren.
- UPV/EHUko Unibertsitate-Enpresa-Gizartea ikerketa proiektuen finantzazioari esker egin da lan hau (US18/15 eta US20/16).
- Lan honetan parte hartu duten ikastetxe, irakasle, haur eta familia guztiei. Bereziki, Gasteizko San Prudentzio eta Angel Gavinet ikastetxeei.

## 3 METODOLOGIA

1

Bilaketa bibliografiko eguneratua

2

Bi ikaskuntza-irakaskuntza metodologiatan oinarritu:

✓ Teaching Learning Sequence (TLS)

✓ Inquiry Based Learning (IBL)

3

Etika batzordearen oniritzia (M10/2020/081)

4

Gluten3S ikerketa taldeak eskoletan egin dituen NH programa pilotuak

### NORK HARTUKO DU PARTE INTERBENTZIOAN?

Gasteizko eskoletako Lehen Hezkuntzako 5 eta 6. mailako haurrek (10-12 urte).



### NOLAKOA IZANGO DA INTERBENTZIOA?

- ❖ Gaitasun eta ikasketa emaitza zehatzetan oinarritua.
- ❖ Landuko diren gaiak: elikadura orekatua, GZ eta glutena.
- ❖ Lan aktibo-kooperatiboa: joko eta esperimenduak egingo dira.
- ❖ 8 saio → 60 minutukoak.
- ❖ Astean bi saio → iraupena: hilabete.
- ❖ Gurasoak inplikatu dira: etxerako lanak eta plataforma birtuala.
- ❖ Baliabideak: Zeliakide liburuxka, plataforma birtuala, errealitate handiagotua.

Kaixo! Ikasi nahi duzu, zientzia eginez, zeliakia eta glutena zer diren?



## 6 ERREFERENTZIAK



- Bloom, BS., eta Krathwohl, DR. (1956): Taxonomy of educational objectives: the classification of educational goals. Longmans, Green.
- Chellan, D. et al. (2019): Effect of gluten-free diet and compliance on quality of life in pediatric celiac disease patients, *JGH Open*, 3(5), 388-93.
- Lasa, A. et al. (2019): New Software for Gluten-Free Diet Evaluation and Nutritional Education, *Nutrients*, 11(10).