



Colegios sin comida basura

Cuando comenzamos nuestra iniciativa Let's Move! (¡A moverse!), hace cuatro años, nos propusimos alcanzar un objetivo sencillo pero ambicioso: acabar con la epidemia de obesidad infantil en el plazo de una generación, para que los niños que nacen hoy crezcan sanos en el futuro.

Para hacer realidad ese propósito, nos regimos por una única norma fundamental: utilizar métodos que funcionen. Las iniciativas que ponemos en marcha están corroboradas por pruebas, y utilizamos los datos científicos más recientes. Vimos que las investigaciones sobre nu-



**MICHELLE
OBAMA**

Con la campaña
¡A moverse! se quiere
eliminar la plaga
de la obesidad infantil

trición indicaban que los niños necesitan menos azúcar, sal y grasa en sus dietas, de modo que modificamos los menús escolares para que respetaran esos criterios. Cuando los datos mostraron que el hecho de no contar con un supermercado próximo tenía consecuencias negativas para los hábitos alimenticios de la gente, ayudamos a abrir más tiendas de alimentación en los barrios más desfavorecidos. Los estudios sobre cómo se crean los hábitos en los niños pequeños nos empujaron a introducir alimentos más sanos y más actividades físicas en las guarderías.

Ya estamos empezando a ver ciertos principios de resultados. Decenas de millones de niños reciben una nutrición mucho mejor en los colegios; las familias reflexionan mucho más sobre los alimentos que comen, cocinan y compran; las empresas están apresurándose a comercializar productos más sanos para hacer frente a la demanda creciente; y la tasa de obesidad de los niños más pequeños está, por fin, empezando a disminuir.

Es decir, hemos visto que, cuando nos apoyamos en datos científicos sólidos, podemos empezar a cambiar la tendencia de la obesidad infantil.

Pero ahora, lamentablemente, están surgiendo en el Congreso intentos de deshacer gran parte de lo que hemos conseguido por el bien de nuestros hijos. Un ejemplo es lo que está sucediendo con el programa Mujeres, Lactantes y Niños (conocido en inglés por sus siglas WIC). Se trata de un programa federal creado para facilitar a mujeres de rentas bajas la manera de complementar su nutrición y la de sus hijos lactantes y en la primera infancia. El objetivo es cubrir las carencias de sus dietas —ayudándoles a comprar, por ejemplo, productos frescos que no

PASA A LA **PÁGINA SIGUIENTE**



Colegios sin comida basura

VIENE DE LA **PÁGINA ANTERIOR**

pueden permitirse con su salario— y proporcionarles los nutrientes que les faltan.

Pues bien, en la actualidad, la Cámara de Representantes está estudiando un proyecto de ley que, de aprobarse, desprecia los datos científicos para ordenar que en la lista de alimentos que las mujeres pueden comprar con dinero del programa WIC se incluyan las patatas. No hay nada de malo en que compren patatas. Lo malo es que muchas madres y muchos niños ya comen suficientes y, en cambio, no compran todas las frutas y hortalizas que necesitan para estar bien alimentados. Ese es el motivo por el que el Instituto de Medicina —el organismo científico y sin lazos partidistas que asesora al programa WIC a la hora de establecer pautas— decidió que las pa-

tatas no debían formar parte de la lista.

Por desgracia, no es un hecho aislado. Está sucediendo algo muy parecido con nuestro programa de menús escolares. En 2010, el Congreso aprobó la Ley de Niños Sanos y sin Hambre, que estableció unos criterios nutricionales más estrictos para los menús escolares, también basados en las recomendaciones del Instituto de Medicina. Hoy nos informan de que el 90% de los colegios cumplen esas nuevas normas y, gracias a ello, nuestros hijos comen más frutas, hortalizas, cereales y otros alimentos que necesitan para estar sanos.

Es un gran triunfo para los padres que hacen todo lo posible para que sus hijos ingieran comidas equilibradas en casa y no quieren que sus esfuerzos se vayan al traste por lo que comen durante el día en el colegio. Y es un gran triunfo para todos nosotros, porque gastamos más de 10.000 millones de dólares (7.300 millones de euros) al año en comidas escolares y ese dine-

ro de los contribuyentes, que tanto esfuerzo les ha costado ganar, no debe servir para proporcionar comida basura a nuestros hijos.

A pesar de ello, algunos miembros de la Cámara de Representantes están amenazando

Hay iniciativas para rebajar los criterios de calidad en el menú de los niños

con abolir estas nuevas normas y rebajar la calidad de los alimentos que reciben nuestros hijos en el colegio. Quieren que sea optativo, y no obligatorio, que los colegios sirvan frutas y hortalizas a los niños. También quieren permitir que haya en los menús más sodio y menos cereales integrales de los recomendados. Todos estos aspectos están siendo objeto de discusión en estos días, después de que, el

jueves pasado, se reuniera el Comité de Asignaciones Presupuestarias de la Cámara para examinar los presupuestos anuales del Departamento de Agricultura.

¿Recuerdan cuando, hace unos años, el Congreso declaró que la salsa de tomate de una porción de pizza debía contar como verdura en el menú escolar? No hace falta ser especialista en nutrición para saber que eso es una tontería. Eso mismo es lo que ahora está volviendo a pasar con esta nueva campaña para rebajar los criterios de calidad en la nutrición que reciben los niños en nuestras escuelas.

Nuestros hijos merecen mucho más. A pesar de todo lo que hemos progresado, uno de cada tres niños en Estados Unidos sigue padeciendo sobrepeso o incluso obesidad. Se prevé que uno de cada tres sufra diabetes en algún momento de su vida. Y no es un problema que afecte solo a la salud de los niños: afecta también a la salud de nuestra economía. Gastamos alrededor de 190.000 millones de dólares

anuales en el tratamiento de enfermedades relacionadas con la obesidad. Imaginen hasta dónde puede llegar esa cifra de aquí a 10 o 20 años si no empezamos a actuar ya.

Se trata, en definitiva, de un dilema muy fácil de resolver: como padres, nuestra prioridad es siempre el interés de nuestros hijos. Todas las mañanas nos levantamos y todas las noches nos acostamos preocupados por su bienestar y su futuro. Y, cuando tomamos decisiones relacionadas con su salud, confiamos en los médicos y los expertos que nos dan informaciones precisas, basadas en datos científicos. Nuestros dirigentes en Washington deberían hacer lo mismo.

Michelle Obama es abogada, participa activamente desde hace años en tareas de voluntariado y es la esposa del presidente Obama.

© 2014 New York Times News Service.

Traducción de Marfa Luisa Rodríguez Tapia.