



► 19 Abril, 2015

OBESIDAD INFANTIL | LA SANIDAD ALMERIENSE PLANTA CARA A UN PROBLEMA CRECIENTE

# Uno de cada cuatro menores de 16 años sufre sobrepeso

● La obesidad llega a afectar a 1 de cada 10 menores ● Entre 6 y 12 años este problema de salud es más frecuente en las niñas; y entre los 10 y los 13 años en los niños ● La jefa de Salud Pública insiste en que se trata de un problema del que hay que tomar más conciencia

**Mar París**

Hablar de obesidad infantil es hacer referencia a una enfermedad crónica, que altera la salud de quien la padece y predispone a la aparición de otros trastornos crónicos como la hipertensión, la diabetes, o colesterol elevado. Una enfermedad seria, que cuando se da entre los niños supone para ellos sufrir desde pequeños y durante muchos años sus consecuencias físicas, metabólicas, psicológicas y sociales.

**Pilar Barroso**  
 Jefa de Salud Pública



RAFAEL GONZÁLEZ

El jefe de la Unidad de Gestión Clínica (UGC) de Pediatría del Complejo Hospitalario Torrecárdenas, Antonio Bonillo.

*Estamos ante un serio problema de salud del que todos debemos de tomar conciencia"*

Una situación que se ve reflejada no sólo en su salud sino también en su estado de ánimo, y que a día de hoy afecta a un 23% de niños y adolescentes de entre 2 y 16 años en la provincia. A juicio de la jefa de Salud Pública de la Delegación de Salud de la Junta en Almería, Pilar Barroso, "los grandes cambios en el estilo de vida están repercutiendo drásticamente en nuestra forma de alimentarnos". Y es que la dieta de niños y adolescentes se caracteriza por un consumo elevado de derivados lácteos (yogures, quesitos y postres lácteos), abuso de la carne, consumo elevado de patatas fritas de bolsa y similares, consumo excesivo de zumos de frutas, de pasta y de panes especiales (de molde, bollos de leche...), consumo de bollería industrial, galletas, dulces, refrescos azucarados y alimentos gra-

**LA OMS**

**Más frutas y hortalizas**

Aumentar el consumo de frutas y hortalizas, legumbres, cereales integrales y frutos secos;

**Reducir la ingesta de grasa**

Reducir la ingesta total de grasas y sustituir las saturadas por las insaturadas;

**Más actividad física**

Reducir la ingesta de azúcares, y mantener la actividad física: un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada o vigorosa que sea adecuada para la fase de desarrollo y conste de actividades diversas. Para controlar el peso puede ser necesaria una mayor actividad física.

**Acumulación de grasa**

El sobrepeso y la obesidad se definen como "una acumulación anormal o excesiva de grasa que supone un riesgo para la salud".

**Entre los 0 y los 5 años**

Los Patrones de crecimiento infantil de la OMS, presentados en abril de 2006, incluyen mediciones del sobrepeso y la obesidad en lactantes y niños de hasta 5 años.

**Los motivos principales**

La causa fundamental del sobrepeso y la obesidad es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas.

**Consecuencias para la salud**

Un índice de masa corporal (IMC) elevado es un importante factor de riesgo de enfermedades no transmisibles, como, las enfermedades cardiovasculares (principalmente cardiopatía y accidente cerebrovascular); los trastornos del aparato locomotor (en especial la osteoartritis, una enfermedad degenerativa de las articulaciones muy discapacitante).

tos en forma de quesos grasos, patés, mantequilla o similares; escaso consumo de legumbres, frutas y hortalizas. Para Barroso, "estamos ante un serio problema de salud pública del que todos debemos de tomar conciencia". Desde la Administración "estamos tomando muchas medidas y llevamos a cabo diferentes sinergias para tratar de poner remedio y reducir las cifras de esta patología".

No en vano, se trata de unos resultados que "comenzarán a verse a largo plazo". La jefa de Salud Pública ha destacado la labor que se lleva a cabo desde la Junta a través del Plan Integral de Obesidad Infantil de Andalucía (PIOBIN), una herramienta que pretende aunar esfuerzos para dar respuesta a un problema de salud que ha cobrado importante protagonismo dentro de la salud pública: la obesidad en edad infantil.

Entre las distintas acciones y programas que se incluyen en el PIOBIN, Salud se encarga de la evaluación de la oferta alimen-

taria de los centros educativos de la provincia. Así, a lo largo del pasado curso escolar 2013-2014, los agentes de control sanitario oficial visitaron un total de 67 comedores escolares. Este equipo de profesionales se encarga de chequear los menús en los que a aspectos nutricionales se refiere. Por su parte, el jefe de la Unidad de Gestión Clínica (UGC) de Pediatría del Complejo Hospitalario Torrecárdenas, Antonio Bonillo, ha insistido en que "desde los 4 años hay que educar a los niños en una alimentación saludable que deberán de complementar con actividad física entre 4 y 6 horas semanales". "Si combinamos estos dos aspectos probablemente el problema de la obesidad se logre solucionar". Bonillo ha incidido que de no hacerlo así "cuando los niños que hoy padecen sobrepeso lleguen a una edad adulta, sus órganos van a comenzar a desarrollar enfermedades causadas por el castigo que han sufrido a lo largo de muchos años".



► 19 Abril, 2015

## EL PLAN INTEGRAL

### Prevención

Crear conciencia en la población general y en las instituciones públicas acerca de la magnitud del problema y la necesidad de un abordaje preventivo y multidisciplinar.

### Sensibilización

sensibilizar a la población sobre la necesidad de mantener un peso adecuado en todas las edades mediante el equilibrio entre una alimentación saludable y la práctica de actividad física regular.

### Información

Facilitar la información necesaria a las familias andaluzas para que les permita adoptar hábitos adecuados para el mantenimiento de un peso saludable.

### Hábitos

Potenciar el desarrollo de condiciones socio-ambientales que faciliten la adopción y el mantenimiento a largo plazo de los estilos de vida saludables propuestos.

### Colaboración

Involucrar activamente a diferentes instituciones y agentes sociales para la prevención de la obesidad infantil.

### Diagnóstico

Avanzar en el diagnóstico precoz y en una atención integral de las personas afectadas de obesidad, basada en la mejor evidencia científica disponible y en un mejor aprovechamiento y orientación de los recursos disponibles

### Formación

Facilitar la formación de los distintos perfiles profesionales implicados



Alumnos en el comedor de un centro educativo.

DIARIO DE ALMERÍA

## Las rentas bajas aumentan la incidencia de la obesidad

Un informe indica que en hogares con rentas inferiores a 18.000 euros la obesidad es mayor

M. P.

Tal y como queda reflejado en un informe realizado con casi 8.000 niños de 6 a 10 años en Almería indica que casi la mitad (44,5%) de los menores están pasados de peso. Un 26,2% presenta sobrepeso y un 18,3%, obesi-

dad. El estudio Aladino -de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aesan)- apunta que "la obesidad infantil constituye en la actualidad un importante problema de salud pública que [...] sigue en aumento en todo el mundo y que lleva una tendencia alarmante en Europa y en España".

Según el trabajo, el exceso de peso es algo más alto entre los niños que entre las niñas. Así, la prevalencia del sobrepeso entre los varones es del 26,3% mientras que entre las chicas es del

25,9%. En el caso de obesidad -que es un grado mayor de exceso de peso-, la prevalencia entre los niños es del 22% y entre las

# 44,5%

**Pasados de peso.** Según el estudio, casi la mitad de los niños sufre problemas de sobrepeso

niñas, del 16,2%. Los autores del informe compararon los resultados con un estudio ante-

rior (enKid) para evaluar la tendencia y concluyeron que "el crecimiento del sobrepeso se ha estabilizado" dado que no se hallaron diferencias significativas entre ambos trabajos. En cuanto a la obesidad, se constata un aumento entre las niñas, mientras que entre los chicos las cifras aparentemente también se han estabilizado. Los ingresos de la familia parecen influir en el exceso de peso de los niños.

Así, en los hogares con rentas inferiores a los 18.000 euros anuales la proporción de sobrepeso y obesidad infantil asciende al 50,3% frente a 45,5% de aquellos en los que los ingresos superan los 30.000 euros. De ahí que el estudio proponga programas educativos para los pequeños de estas clases sociales.



## Más de 4.415 menores atendidos en los centros de salud almerienses

Sus familias participaron en intervenciones grupales sobre dietas y cambios conductuales

M. P.

La Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía ha informado de que en 2014 fueron atendidos en los centros de salud almerienses un total de 4.415 menores con edades comprendidas entre los 5 y 14 años siguiendo el protocolo de atención para el abordaje del sobrepeso y la obesidad en la

infancia en la modalidad de Intervención Avanzada Individual. Las familias de los pacientes diagnosticados de sobrepeso u obesidad en edad infantil participaron en intervenciones avanzadas grupales sobre dieta, ejercicio físico y modificación conductual, alcanzando un total de 1.515 intervenciones grupales. La consejera señala que dada la magnitud de la epidemia de obesidad infantil en los países occidentales se requiere la participación del conjunto de los servicios sanitarios para su abordaje. El Plan Integral de Obesidad Infantil, en sus aspectos asistenciales, se desarrolla tanto en los centros de salud como en los hospitales.