



▶ 23 Mayo, 2015

RESULTADOS DE LA 'ENQUESTA DE SALUT'

El 48% de los catalanes pesan en exceso

El 12% de los niños son obesos y el 19% tienen sobrepeso, lo que agrava el problema

EL PERIÓDICO
BARCELONA

Casi la mitad de los catalanes de entre 18 y 74 años tienen un exceso de peso, según datos de la *Enquesta de Salut de Catalunya (ESCA)*, que revela también que la cifra aumentará, dado que entre la población infantil

de 6 a 12 años el 18,7% presenta sobrepeso y el 11,7% padece obesidad. La Conselleria de Salut recomienda adoptar unos hábitos y una dieta saludables, que incluyan el consumo de verdura y frutas y la práctica regular del ejercicio físico.

Los datos de la *ESCA* revelan que, entre la población catalana, el 33% tiene sobrepeso y el 15%, obesidad. Por sexos, la incidencia del sobrepeso es bastante mayor entre los hombres que entre las mujeres, aunque la situación prácticamente se equilibra cuando se habla de obesidad. En cambio, el infrapeso (que se da

cuando el índice de masa corporal está por debajo de 18) afecta cuatro veces más a las mujeres que a los hombres.

Salut alerta de las consecuencias del sobrepeso y la obesidad, sobre todo entre los menores, porque «suponen un riesgo elevado de presentar un exceso de peso en la edad adulta». Para hacer frente al problema, y de acuerdo con la estrategia mundial de la OMS y de la NAOS (estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad del Ministerio de Sanidad), la *conselleria* ha diseñado el plan integral para la

promoción de la actividad física y la alimentación saludable (PAAS).

El PAAS quiere sensibilizar a la ciudadanía sobre la necesidad de adoptar hábitos de vida saludables y promover estrategias de cooperación y compromisos entre los diferentes sectores implicados que faciliten su puesta en marcha. También el Plan Interdepartamental de Salud Pública (PINSAP), coordinado por la Agencia de Salud Pública de Catalunya, identifica el control del exceso de peso como uno de los cinco retos para impulsar la salud.

La Sociedad Española para el Es-

tudio de la Obesidad (SEEDO) ha alertado de que la mayor parte de los europeos no son plenamente conscientes de los riesgos que la obesidad conlleva para la salud, como el aumento de las posibilidades de tener cáncer, padecer un ictus o sufrir enfermedades del corazón, diabetes e hipertensión arterial.

Según la Oficina Regional de la OMS, en Europa la proporción de personas con exceso de peso habrá aumentado considerablemente en el año 2030. En el caso de España, la obesidad afectará al 36% de los hombres y el 21% de las mujeres. ≡