



Ignacio Jáuregui, antes de su conferencia en los cursos de verano en la ciudad. / Rosario Heredia

# Una de cada cuatro personas en España sufre de obesidad

**A estos desalentadores datos, Ignacio Jáuregui añade que uno de cada tres niños presenta algún grado de sobrepeso**

## **Ezequiel García**

**CARMONA** ▶ Demoledores datos los que arrojó ayer el experto doctor Ignacio Jáuregui en Carmona. Uno de cada cuatro habitantes en España —es decir, el 25% de la población—, padece obesidad y uno de cada tres niños y adolescentes presenta algún grado de sobrepeso. Son los preocupantes datos que ofreció el también profesor del Área de Nutrición y Bromatología de la UPO, psiquiatra y director del Instituto de Ciencias de la Conducta de Sevilla. Según este experto, la prevalencia de la obesidad no deja de aumentar a nivel mundial, incre-

mentándose el índice de masa corporal en 0,4 kg/m<sup>2</sup> en la última década. Y España, lejos de ser una excepción, está *en cabeza*, según estudios comparativos con otros países europeos de nuestro entorno.

El doctor Jáuregui aseguró que «las emociones influyen en la elección e ingesta de los alimentos», y cita estudios que concluyen que «ante una situación estresante, por ejemplo, el 30% de las personas aumenta su sensación de hambre, en un 50% disminuye y en el resto no hay cambios sustanciales». Los mismos estudios señalan que la influencia de las emociones

en la ingesta de alimentos «es mayor en personas obesas y que hacen dieta con respecto a quienes no la hacen», añade.

El galeno afirmó que la obesidad nutricional tiene un «origen multifactorial», en el que interactúan «factores genéticos y ambientales». Entre estos últimos, destaca «la ingesta inadecuada, el sedentarismo y la inestabilidad emocional». Además, advirtió de que, además de un problema estético, la obesidad tiene su gravedad en enfermedades derivadas como diabetes, la hipertensión, enfermedades cardiovasculares o los síndromes de hipoventilación y de

apnea obstructiva del sueño. Asimismo, alerta del «estigma social» que hoy en día supone la obesidad para los niños, y que puede derivar en «casos de marginación, acoso escolar o en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria». Por último, instó para prevenirla a las instancias políticas «que deben garantizar que la población tenga tiempo para cuidarse»; a los medios, a los que reclama que «no se hagan eco de la última idiotez de la dieta de adelgazamiento»; y a las familias, «que deben de constituirse en modelo». Pero sobre todo, «ejercicio físico popular, para todos». ■