

Europa Press. Madrid

## **El 27,3 por ciento de los jóvenes madrileños son obesos**

**La Consejería de Sanidad y Consumo de la Comunidad de Madrid ha elaborado una radiografía sobre los hábitos alimenticios de la población madrileña, y ha puesto de manifiesto que queda mucho por hacer.**

En la Comunidad de Madrid los adultos consumen poca fruta y mucha carne, aunque están incrementando sus raciones de verduras y lácteos. Por contra, los jóvenes abusan de la carne y sus derivados, así como de los dulces y la bollería y toman poca fruta y verdura, mientras que la población infantil ingiere demasiadas proteínas y grasas y pocos hidratos de carbono.

Éstos son algunos de los datos más representativos del primer Diagnóstico de Situación sobre Alimentación y Nutrición en la Comunidad de Madrid, que ha presentado Manuel Lamela, consejero de Sanidad y Consumo.

### **Sobrepeso y dietas**

Entre la juventud, llama la atención que el 27,3 por ciento tiene sobrepeso u obesidad. Precisamente la preocupación por la imagen ha llevado a un 29,4 por ciento de los madrileños a seguir alguna dieta en el último año, una tendencia mayoritaria entre las chicas, si bien la proporción de chicos que hacen régimen para disminuir su peso ha aumentado un 23,9 por ciento desde 1996.

Lamela ha señalado que es necesario prestar más atención a los patrones alimentarios de los niños y los jóvenes, en los que por lo general se advierte "una alimentación desequilibrada que no es saludable". Por ello, ha insistido en potenciar mucho más la dieta mediterránea.

El informe refleja que el 26,7 por ciento de los ciudadanos no llega a tomar una ración diaria de fruta fresca y que el 80 por ciento de la población infantil ingiere grasas con valores superiores a los máximos recomendados.