

La prevención de la obesidad infantil empieza en el embarazo

El curso De la Biología Molecular a la Biomedicina, organizado por la Universidad Internacional Menéndez Pelayo, en Santander, ha servido como plataforma para destacar que la mala nutrición durante el embarazo influye en el futuro del niño y en la historia familiar.

Santiago Rego. Santander 29/07/2008

Manuel Serrano, jefe de Medicina Interna del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, ha recomendado controlar la alimentación desde la gestación para prevenir la obesidad del niño en la edad adulta. El especialista, que ha intervenido en el curso De la Biología Molecular a la Biomedicina, organizado por la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP), en Santander, ha advertido de que una "mala nutrición durante el embarazo influye en el futuro del niño y en la historia familiar".

El catedrático emérito de la Universidad Complutense de Madrid ha abogado por fomentar una educación "precoz no sólo de las personas que padecen obesidad, sino de todo su entorno familiar, a fin de fomentar buenos hábitos alimenticios, porque no se trata de comer menos, sino mejor". Serrano se ha referido a la obesidad como "una de las pandemias más graves" que padece la población de los países desarrollados, y ha apuntado que la situación en España "ni es buena ni es mala. Hay que alertar sin alarmar, y se debe actuar sobre todo desde la infancia y la adolescencia".

A su juicio, todavía no estamos en la situación dramática de Estados Unidos, donde una de cada dos personas tiene sobrepeso", ha reconocido Serrano, quien ha avanzado, no obstante, que en España la situación es "preocupante, especialmente entre el 17 por ciento de los adolescentes que padecen obesidad o sobrepeso, y que en la edad adulta tienen un alto porcentaje de posibilidades de sufrir enfermedades asociadas a la obesidad, como la hipertensión, la diabetes o el colesterol elevado, entre otras".

En este sentido, el catedrático se ha referido a iniciativas como la Estrategia Naos, desarrollada por el Ministerio de Sanidad, dirigida a una población fundamental como la infancia y la adolescencia, y que propone medidas "aparentemente simples, pero de gran eficacia". Así, ha citado algunos ejemplos como reducir la bollería industrial en los colegios e institutos o fomentar la práctica de actividades aeróbicas como el baloncesto o tenis, iniciativas cuyo desarrollo, en su opinión, hasta ahora ha sido "poco eficaz, porque han faltado medios para llevarlas a cabo".

Serrano también ha hecho hincapié en la importancia de desarrollar "ambientes agradables", ya que la ausencia de estrés suprime la ansiedad que subyace en la mayoría de las personas, lo que "desequilibra su balanza entre ingerir y gastar".