

"LA OBESIDAD TIENE TODAS LAS QUE GANAR"

En 2025 más del 90% de la población española podría padecer sobrepeso

MADRID, 10 Feb. (EUROPA PRESS) -

Actualmente se estima que en España hay un 39 por ciento de la población que padece sobrepeso y hasta un 14,5 por ciento obesidad, cifras que van a seguir creciendo en los próximos años hasta el punto que, según las previsiones del Instituto de Obesidad, en 2025 más del 90 por ciento de la población podría estar por encima de su peso ideal.

"Alcanzará a casi el cien por cien de la población si no se toman medidas", ha asegurado en una entrevista a Europa Press el presidente de esta entidad, el doctor Adelardo Caballero, que reconoce que estas previsiones están basadas en las cifras de sobrepeso y las previsiones en otros países como Estados Unidos, al que España se asemeja cada vez más en este sentido.

El problema, según explica este experto, "ha ido adquiriendo características epidémicas" y la tendencia natural "a ser más gruesos" no va a cambiar.

No obstante, y aunque con estas previsiones "la obesidad tiene todas las de ganar", reconoce que estas previsiones para 2025 son todavía tolerables ya que "de momento hablan de sobrepeso y no obesidad".

"Cuando el índice de masa corporal superior a 30 debemos comenzar a preocuparnos, porque es cuando comienzan a aparecer problemas de salud, de tipo óseo, problemas de tensión arterial, cardiopatías, metabolopatías, apnea del sueño, etcétera", reconoce Caballero.

Además, el presidente del Instituto de la Obesidad asegura que este incremento de sobrepeso previsto para los próximos años es fruto de las tasas de obesidad que se están detectando ya en niños.

Actualmente, uno de cada cinco niños (19%) padece obesidad, una incidencia "por primera vez" superior a las de Estados Unidos (16%). Además, esto ha conllevado que se estén empezando a hacer cirugías de reducción de peso en menores, "algo impensable hace sólo unos años", según Caballero.

A su juicio, el hecho de que España tenga un índice de natalidad muy bajo y, en cambio, el de adopción sea muy alto, hace que "los niños sean muy deseados" y, por ende, "se les consiente y se les mimas mucho", lo que repercute directamente en los hábitos alimenticios.

Aunque no considera que haya que "criminalizar" ni a los padres "ni a las hamburguesas", Caballero apuesta por una mayor rigurosidad en la alimentación desde el ámbito escolar y, al mismo tiempo, en el colegio, donde propone que haya

"clases de nutrición" que inculquen a los menores la importancia de mantener una alimentación equilibrada.

De forma paralela, esto debe ir acompañado de un mayor fomento de la actividad física, también desde el propio ámbito escolar como familiar, propone este experto.

"Los niños dedican demasiado tiempo a las clases y poco al deporte. Los padres tenemos que pensar que el futuro no sólo está en los libros, deben compaginarse con alguna actividad física, pero sin buscar futuros 'Nadales'", advierte.