



OBESIDAD INFANTIL

Salud sin fronteras

JOSÉ MARTÍNEZ OLMOS



@pmlmos

UNO de los principales problemas de salud pública en la actualidad es la obesidad; y en especial, la obesidad infantil.

La obesidad es en sí misma una patología que afecta a la calidad de vida de las personas afectadas y además de ello, es un factor de riesgo para otras muchas patologías que tienen consecuencias graves en la salud de la personas.

España se parece así en este aspecto a muchos otros países desarrollados que desde hace tiempo, manifiestan tasas elevadas de obesidad.

Las estrategias fracasarán si no se consigue actuar de forma integral

Es bien conocido que la obesidad está muy condicionada por factores ligados a los estilos de vida propios de la sociedad actual en la que vivimos.

Una alimentación inadecuada y un déficit de ejercicio físico están detrás de buena parte de las cifras de obesidad que afectan a nuestro país.

En el caso de los niños, la situación tiene mayor gravedad puesto que, de no corregirse, todo apunta a que tendremos en el futuro más enfermos de cáncer, diabetes o de patologías cardiovasculares.

Y en el actual estado del conocimiento médico, todos los agentes coinciden en la necesidad de establecer estrategias válidas para conseguir la prevención eficaz de la obesidad infantil como un objetivo estratégico. Lo que pasa es que todos aquellos objetivos de salud pública que han de enfrentarse a

la modificación de estilos de vida arraigados en la población, tienen el riesgo de fracasar si no se consigue actuar de una forma integral, desde todos los frentes y no sólo desde la sanidad.

La cultura social sobre la alimentación o sobre el ejercicio físico está arraigada en las familias en base a hábitos y costumbres que para que se modifiquen, requieren una acción sostenida en intensa. Y además, si estos elementos están condicionados por factores económicos o por el trabajo, por el tiempo de ocio disponible u otros factores sociales, más compleja es la solución del problema.

Así, una cuestión relevante es la de conseguir concienciar socialmente de que tenemos un problema y que además, es un problema grave pero que tiene solución si nos implicamos todos: las familias, las instituciones y la propia sociedad.

De igual forma, en el ámbito educativo hay que incorporar este problema como un asunto que compete también al sistema educativo. No solamente porque hay que introducir materias educativas relacionadas con la obesidad y sus factores condicionantes, sino porque tanto las instalaciones deben propiciar el ejercicio físico, como los comedores escolares deben tener y promover una alimentación equilibrada.

Las familias son un elemento central para enmarcar en ellas un planteamiento de estilo de vida favorable a la prevención de la obesidad infantil que debe ser ayudado por los municipios en todos los aspectos en los que éstos pueden favorecer ese enfoque: carriles bici, apoyo y promoción al deporte de base, etc.

Y por supuesto, el sistema sanitario que desde la atención primaria y en especial desde el ámbito de la enfermería, nos puede ofrecer una mejor prevención y detección precoz de la obesidad en la infancia. En este sentido la colaboración del sistema educativo y del sistema sanitario es un factor clave. Las diferentes estrategias en marcha en nuestro país deben confluir en un nuevo planteamiento que gane en eficacia sobre la base de buenas prácticas puestas en marcha de manera aislada unas de otras.