

La obesidad infantil

■ Un nuevo estudio revela que el sobrepeso en niños es un importante problema de salud pública



Fernando Monreal

Doctor en Medicina y
Cirugía por la
Universidad de Navarra

Durante muchos años el «Enkid», realizado entre los años 1998 y 2000, ha sido el estudio de referencia sobre obesidad infantil en España. Sin embargo, dado que los datos habían quedado anticuados y era necesaria una nueva investigación, se emprendió el llamado estudio «Aladino» («Estudio de prevalencia de obesidad infantil, alimentación, actividad física, desarrollo infantil y obesidad»), basado en mediciones realizadas a 7.923 niños de ambos sexos, de 6 a 9,9 años de edad, en todo el territorio nacional.

¿Y qué resultados se han obtenido? Pues, en primer lugar, que el 45,2% de los niños de la citada edad presenta exceso de peso (26,1%, sobrepeso, y 19,1%, obe-

sidad). Y en cuanto a sexos, el 26,3% de los niños presentaría sobrepeso, frente al 25,9% de las niñas, y el 22% de los niños sería obeso, frente al 16,2% de las niñas.

Los datos ponen de manifiesto que la obesidad y el sobrepeso infantil, en España, constituyen un importante problema de salud pública.

¿Y en relación con otros países de la Unión Europea, dónde nos encontramos? Pues sólo nos vemos superados por Italia, Portugal, Eslovenia y Malta.

Otro dato que surge del estudio es que los niños de familias con menor nivel educativo tienden a presentar sobrepeso y obesidad con mayor frecuencia. Así, ocurriría en el 47,6% cuyos padres tienen estudios primarios, en el 47,9% con estudios secundarios y en el 41,2% cuyos progenitores poseen estudios universitarios.

Algo similar ocurre en quienes viven en hogares con pocos recursos económicos. Se ha observado que en aquellas familias que in-

El uso de consolas u ordenadores y el abuso de la televisión inciden en la posibilidad de que aparezcan problemas de sobrepeso

gresan mensualmente menos de 1.500 euros, en los niños existe sobrepeso u obesidad en un 50,1%; si los ingresos oscilan entre 1.501 y 2.500 euros al mes, el porcentaje disminuye al 46,5%, y si los ingresos superan los 2.500 euros, entonces el porcentaje se ve reducido al 39,5%.

También se ha visto que el uso de consolas, ordenadores o el abuso de la televisión incide en la posibilidad de que aparezcan problemas de sobrepeso. Por ejemplo: el 50,2% de aquellos niños y niñas

que sí disponen de dichas tecnologías en su habitación presenta sobrepeso u obesidad, frente al 43,2% de quienes no lo tienen.

También se ha estudiado la alimentación en los comedores escolares, de tal manera que de quienes comen en el colegio, el 56,3% tienen un peso normal, frente al 51,7% de aquellos que comen en sus casas.

Finalmente, hay que señalar que cerca del 60% de los niños, independientemente del sexo, que presentan sobrepeso antes de la pubertad tendrán sobrepeso cuando sean adultos jóvenes.

Y aunque es cierto que el crecimiento de la obesidad infantil se ha estancado, su lucha es una batalla más que justificada para evitar no sólo la obesidad entre los más pequeños, sino el hecho de que, con la edad, contraigan enfermedades que puedan afectar al sistema cardiovascular, entre las que incluyo la diabetes y el aumento del colesterol en sangre, de los que todos conocemos sus riesgos.