

3 de Noviembre de 2009

Obesidad infantil: resultados del estudio antropométrico y de hábitos en escolares de la ciudad de Sevilla

UNO DE CADA CUATRO NIÑOS DE PRIMARIA DE LA CIUDAD DE SEVILLA PRESENTA OBESIDAD O SOBREPESO

Según un estudio realizado desde la delegación de Salud y Consumo del Ayuntamiento de Sevilla, un 13,5% de los escolares de educación primaria sufre obesidad y un 11,4% sobrepeso, lo que supone un 24,8% de niños y niñas con un peso superior al recomendable. Este estudio se enmarca en el ámbito del Programa Thao-Salud Infantil, de prevención de la obesidad infantil, al que está adherida la ciudad de Sevilla desde marzo de 2009, y cuenta con el patrocinio de DKV seguros, y la colaboración de la Universidad Pablo de Olavide.

La obesidad infantil constituye uno de los problemas de salud pública más importantes de nuestra sociedad, no sólo porque su incidencia está aumentando de forma considerable sino también porque la obesidad del niño tiende a perpetuarse en la adolescencia, y la del adolescente en la vida adulta, constituyendo un factor de riesgo para el desarrollo, tanto a corto como a largo plazo, de complicaciones, respiratorias, cardiovasculares, digestivas, neurológicas, ciertas formas de cáncer y alteraciones psicológicas, ya que los niños obesos tienen una pobre imagen de sí mismos y expresan sentimientos de inferioridad y rechazo. En general, la consecuencia es una menor esperanza de vida.

En este sentido, el Programa Thao-Salud Infantil (www.thaoweb.com), que cuenta con el soporte de la Estrategia Naos para la prevención de la obesidad del Ministerio de Sanidad y Consumo, y del Consejo Superior de Deportes del Ministerio de Educación, entre otros organismos, aporta una respuesta al problema de la obesidad infantil porque busca su prevención actuando directamente en el municipio, es decir, el entorno de los niños, las niñas y sus familias. El Programa marca las pautas para el desarrollo de acciones que inculquen hábitos de vida saludables en alimentación y actividad física a los niños y las niñas. Actualmente, son un total de 38 municipios españoles y cerca de 170.000 niños los que desarrollan ya este Programa de salud.

De 6 a 12 años

La delegación de Salud y Consumo del Ayuntamiento de Sevilla ha realizado un estudio a escolares de 6 a 12 años de educación primaria de la ciudad, con el objetivo de conocer la prevalencia de obesidad y sobrepeso en dicha población, así como sus hábitos de alimentación y ejercicio físico.

Para el curso escolar 2008-2009 y para los próximos tres cursos (2009-2012), se ha planteado un estudio longitudinal para recabar los datos antropométricos de peso y talla y el índice de Masa Corporal de los niños y las niñas de entre 6 y 12 años de la ciudad de Sevilla (escolarizados de 1º a 6º de primaria), así como para el conocimiento de hábitos de alimentación y ejercicio físico en un subgrupo de la población infantil, los alumnos y las alumnas de 4º curso de primaria.

Los resultados que se presentan a continuación corresponden a la PRIMERA FASE del ESTUDIO realizado a partir de los datos recogidos en el año 2009.

La población diana ha sido la población infantil de la ciudad de Sevilla con edades comprendidas entre los 6 y los 12 años, lo que supone unos 45.000 niños y niñas, seleccionándose una muestra representativa de 1.047 escolares de zonas de todos los niveles socioeconómicos.

Según se desprende del estudio, la obesidad infantil en Sevilla alcanza cifras del 13,5% y el sobrepeso el 11,4%. Así, un 24,8% de los escolares de educación primaria presenta un peso superior al recomendable, siendo ligeramente superior en las niñas.

Los resultados más elevados se han obtenido en el grupo de edad de 8 y 9 años, y en zonas de menor nivel socioeconómico. Los niños que acuden al comedor escolar de manera habitual (tres o más días a la semana), presentan un porcentaje algo menor de obesidad y sobrepeso (22,2%) que los niños/as que no asisten al comedor (25,4%). Aunque no es una diferencia estadísticamente significativa, puede considerarse como una primera aproximación a su posible influencia, y se continuará su valoración a lo largo de los 4 años que dura el estudio.

En cuanto a los hábitos, destaca la elevada proporción de niños y niñas que realizan habitualmente actividades de carácter sedentario. Más del 95% ven la televisión, más del 72% juegan a la consola, y más del 65% usan el ordenador a diario.

El 5% de los escolares no desayuna habitualmente. Además, no cumplen un desayuno saludable completo (lácteo, cereales y fruta, sin bollerías ni alimentos grasos o zumos industriales) más del 98% de los niños y las niñas. En el almuerzo y la cena destacan el mayor consumo de carnes respecto a los pescados, el bajo consumo de frutas y verduras y el alto porcentaje de refrescos o zumos industriales como bebida habitual durante las comidas; en la merienda existe un elevado

consumo (más del 68%) de bollería industrial, dulces, zumos industriales, refrescos y/o chucherías y un bajo consumo de fruta (menos del 7%).

Fuera de las comidas, un 67,7% de los escolares suelen consumir algún alimento, en su gran mayoría alimentos no saludables como chucherías, bombones, patatas fritas o pasteles.

Actuaciones tras el estudio

Una vez realizadas las valoraciones, se hace llegar a los padres, a través del colegio, una carta-informe sobre la situación ponderal del niño o de la niña, proporcionando consejo al respecto, en función de los resultados obtenidos.

En el caso concreto de los niños y las niñas donde se ha detectado obesidad o sobrepeso, se ofrece la participación en el programa “Aprender a comer”, destinado a los/as niños/as y sus padres (u otras personas con las que coman habitualmente), con el que se pretende conseguir la reeducación de los hábitos de alimentación, la incorporación de la actividad física en sus vidas y el trabajo de los aspectos emocionales de estos niños y sus familias.

Las temporadas y los buenos hábitos alimentarios

Paralelamente, el conjunto de los niños y las niñas sevillanos de 3 a 12 años que participan en el Programa Thao se sumarán a las actividades y propuestas de la temporada dedicada a los lácteos “**2 o 3 al día y....Mmmuévete!**”. Durante seis meses, los escolares realizarán actividades acordes con su edad que les permitirán conocer cuáles son los alimentos que se incluyen en este grupo de alimentos – quesos, leche, yogures – y que beneficios les aporta su ingesta.

Las propuestas serán variadas: talleres, elaboración de recetas, degustaciones, visitas a granas, juegos en plazas y jardines, etc. Con ello se persigue, por un lado una educación alimentaria práctica y sensorial y por el otro, una mayor presencia de la actividad física.