

ALIMENTACIÓN / MUNDO / SALUD

Preocupante: Número de niños obesos se multiplica por diez en las últimas cuatro décadas

El Ciudadano · 11 de octubre de 2017





El número de niños y adolescentes obesos en el mundo se ha multiplicado por diez en las últimas cuatro décadas, según el mayor estudio realizado sobre la materia y que revela que, si la tendencia no cambia, en cinco años habrá más jóvenes con sobrepeso que por debajo del peso adecuado.

El estudio se ha llevado a cabo en base a datos de 130 millones de personas de todo el mundo y en él han participado más de mil especialistas coordinados por la Escuela Imperial de Salud Pública de Londres y la Organización Mundial de la Salud (OMS).

El objetivo era determinar la cantidad de niños y adolescentes obesos -más de cinco años y menos de 19- que había en 1975 y compararlos con los que tienen sobrepeso en 2016.

El resultado demuestra que si en 1975 había cinco millones de niñas obesas y seis millones de niños obesos -lo que representaban menos de un 1 % de la población de esa franja de edad-, 40 años después ese porcentaje había crecido hasta el 5 % en las niñas (50 millones) y hasta el 8 % en los niños (74 millones).

Combinados, en 2016 había 124 millones de jóvenes de entre cinco y 19 años obesos, mientras que en 1975 eran solo once millones.

Además, el informe destaca que en 2016 había otros 213 millones de jóvenes con sobrepeso a los cuales no se les podía definir como obesos.

El texto indica que, si la tendencia no cambia, en 2022 habrá más niños y adolescentes obesos y con sobrepeso que personas por debajo del peso adecuado.

En 2016 había 75 millones de niñas y 117 millones de niños que pesaban menos de lo que deberían.

El estudio deja claro que estos datos demuestran la existencia de un grave problema «y un desafío de salud pública» que hay que resolver.

«Estos datos demuestran la amenaza que representa la mala nutrición en todas sus formas, con chicos con bajo peso y con sobrepeso viviendo en las mismas comunidades», indica el estudio.

De hecho, en varias regiones del mundo de ingresos medios, como en Latinoamérica, el Caribe o Asia oriental, ha habido una rápida transición de amplias capas de la población que tenían un peso menor al deseado y que actualmente padecen sobrepeso.

Los autores explican este hecho al exponencial incremento del consumo de carbohidratos y de comida procesada, y de malos hábitos, como la falta de ejercicio.

Otro de los aspectos destacados es que la tendencia al sobrepeso crece especialmente en los países en desarrollo, mientras que se ha estancado en las naciones ricas.

«Estas tendencias preocupantes reflejan el impacto de la mercadotecnia de la comida en todo el mundo y el hecho de que la comida sana sea demasiado cara para ser adquirida por las familias pobres», explicó en una videoconferencia desde Londres Majid Ezzati, principal autor del texto.

Consultado sobre las razones por las que se ha estancado en los países ricos, explicó que seguramente porque se había tomado conciencia antes.

«En los primeros años 2000 se dieron cuenta de la tendencia al alza de los índices de obesidad y reaccionaron aplicando políticas públicas que al menos frenaron el

crecimiento exponencial», agregó.

«Estos datos recuerdan que el sobrepeso y la obesidad representan una crisis de salud pública que empeorará a no ser que se tomen medidas drásticas», afirmó en rueda de prensa Fiona Bull, coordinadora de enfermedades no transmisibles de la OMS.

Algunas de estas medidas pasan por la reducción clara de la ingesta de grasas saturadas, sales y azúcares, y del aumento radical de la actividad física.

«Es algo que debe cambiar en la escuela, con la comida que se ofrece en los comedores y en las máquinas de comida, pero también en casa. Hay que cocinar comida sana, poner comida sana en las fiambreras del colegio y también reducir las horas que los niños pasan delante de pantallas y que les impiden hacer actividades físicas», sugirió Bull.

La experta agregó que esta concienciación debe comenzar desde el momento de la gestación, con la madre alimentándose correctamente, y que debe mantenerse en el periodo lactante.

«Está comprobado que los niños que han amamantado exclusivamente durante los primeros seis meses tienen menos tendencia al sobrepeso», dijo.

Fuente: [El Ciudadano](#)