

# ARAGÓN

Estudio del Grupo de Investigación en Nutrición del campus

<<<

## Las niñas tienen mayor probabilidad de padecer sobrepeso y obesidad

La prevalencia en la comunidad es alrededor de un 23% en ellas frente al casi 18% de los chicos

En el comportamiento sedentario son los niños los que exceden de las 2 horas diarias recomendadas

ANA LAHOZ  
alahoz@aragon.elperiodico.com  
ZARAGOZA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió la obesidad hace tres años como «la epidemia del siglo XXI». España es uno de los países que presenta una mayor incidencia infantil de este problema considerado de salud pública y que, en el caso de Aragón, son las niñas las que presentan más probabilidad de sufrir sobrepeso y obesidad que los niños. Así se desprende de los últimos datos registrados por el Grupo de Investigación en Nutrición de la Universidad de Zaragoza (Genud).

Según las cifras manejadas por el equipo dirigido por el catedrático Luis Alberto Moreno, la prevalencia en Aragón de sobrepeso y obesidad es de «alrededor de un 23% en chicas frente al aproximado 18% de los varones», tal y como aseguró la doctora Alba Santaliestra, miembro del Genud.

Sin embargo, respecto al parámetro de comportamientos sedentarios —«que consistiría en ver la televisión, estar con el ordenador o jugar a la videoconsola», añadió Santaliestra—, son los niños los que presentan más riesgo de excederse en la recomendación diaria de 2 horas. «En este caso, hablamos de que casi el 30% de los niños en Aragón estarían en esta situación frente al aproximado 25% de las chicas», dijo.

**PROYECTO EUROPEO** // Estos datos fueron aportados por la Universidad de Zaragoza para participar en un estudio internacional, junto a 17 instituciones académicas procedentes de 12 países diferentes, cuyos resultados fueron presentados a principios de marzo en Gante (Bélgica). El documento, llamado *I.family*, recoge las conclusiones de los expertos tras un estudio de la alimentación y los estilos de vida de más de 16.000 niños europeos. «Han sido diez años de trabajo. El proyecto ha requerido de un seguimiento largo y de análisis de la evolución y comportamiento de muchas personas», reiteró Santaliestra.

El campus público ha liderado el estudio en España, ya que el coordinador de *I.family* en el país es el profesor Moreno, director del Genud. La participación por parte de la Universidad de Zara-



► Una sanitaria mide la cintura de una chica joven con sobrepeso, en una consulta médica.

### conclusiones europeas

#### 1 La tendencia es igual que en Aragón

El estudio 'I.family' determina, a nivel europeo, la misma conclusión que en Aragón: las niñas tienen más probabilidad de presentar sobrepeso u obesidad que los niños.

#### 2 Menos de un tercio hace ejercicio diario

Menos de un tercio de los niños y de las niñas cumplen con las recomendaciones de actividad física, que consisten en realizar 60 minutos de actividad física al día.

#### 3 Los anuncios y las bebidas con azúcar

Los niños que están más expuestos a los anuncios publicitarios en diversos medios como la televisión tienen una mayor probabilidad de consumir bebidas azucaradas.

#### 4 El hábito de ver la televisión

El estudio dice que ver la televisión durante las comidas, tenerla en el dormitorio o verla más de 1 hora al día se han asociado con el desarrollo de sobrepeso y obesidad.

#### 5 Asociación con los factores paternos

El peso de los menores, así como su composición, hábitos y factores de riesgo se relaciona con el de sus padres. Los niños tienden a ser más parecidos a las madres.

#### 6 La influencia de las amistades

Los adolescentes europeos tienden a consumir alimentos poco saludables si sus amigos los consumen y también a ser más activos si sus compañeros lo son.

goza se hizo con datos recogidos en la cohorte de Huesca y Zaragoza, donde se evaluaron aspectos relacionados con la salud, la alimentación o la condición física. «Hemos contado con la participación y ayuda de colegios, ayuntamientos, asociaciones y grupos de padres», comentó Santaliestra.

**ESTATUS SOCIOECONÓMICO** // Entre las conclusiones europeas de *I.family* se revela «claramente», según expone el estudio, que los niños procedentes de familias de bajo nivel socioeconómico «presentan mayores tasas» de sobrepeso y obesidad que aquellas procedentes de familias más favorecidas socialmente. «Por ello es esencial realizar esfuerzos adicionales para poder desarrollar políticas diseñadas para ayudar a estos grupos más vulnerables», advierte el documento.

En España, la tasa varía en cinco puntos, con un 19% de niños afectados en entornos socioeconómicos favorables y un 24% en el caso de familias con bajos ingresos, según el estudio. A nivel autonómico, desde el grupo del Genud precisaron que «no se

cuenta con datos» que verifiquen que esta situación social y económica en relación a la obesidad y el sobrepeso también se dé en la comunidad.

Por otro lado, *I.family* indica que los índices varían ampliamente en función del país. Así, la cifra más alta está en los menores italianos con menos recursos, que llega a un 40%, frente a un 10% para los niños más favorecidos en Bélgica. «Las familias y los agentes involucrados en el desarrollo de políticas de salud deben trabajar juntos para favorecer estilos de vida saludables. Actualmente, son pocos los niños que cumplen las recomendaciones de comportamientos saludables», concluye el informe *I.family*, quien apuesta por fomentar la actividad física.

Este no es el primer estudio en el que participa la Universidad de Zaragoza por medio del Genud, cuyo director Luis Alberto Moreno fue galardonado en el 2016 con el premio Fundación Lilly de Investigación Biomédica por su contribución al conocimiento de las causas de la obesidad infantil y al diseño de estrategias para su prevención. ≡

EL PERIÓDICO