

La Fundación M^a José Jove acoge una jornada sobre obesidad infantil en la que expertos de toda España analizan las causas y consecuencias de esta patología

Expertos inciden en la necesidad de promover la actividad física desde el núcleo familiar para frenar la obesidad infantil

- EXPLICAN QUE LA PREVENCIÓN NO SE DEBE LIMITAR A UNA ALIMENTACIÓN CUIDADA, SINO A ACABAR CON EL SEDENTARISMO: EL TIEMPO FRENTE AL TELEVISOR O LA CONSOLA NO DEBERÍA SUPERAR LAS DOS HORAS
- 16% DE LOS NIÑOS ESPAÑOLES DE ENTRE 6 Y 12 AÑOS SON OBESOS

La Coruña, 23 de septiembre de 2006.- El porcentaje de niños con sobrepeso en España se ha disparado en los últimos años, situándose nuestro país en los puestos de cabeza del ranking europeo, con un 16% de niños de entre 6 y 12 años obesos. Se trata de una enfermedad que preocupa a todos los gobiernos de los países desarrollados y que ha provocado que la Comisión Europea haya puesto en marcha varios programas para intentar combatirla, tal y como explica el Dr. Luis A. Moreno, coordinador del proyecto europeo HELENA, que hoy participa en la “Jornada sobre Obesidad Infantil: Una nueva perspectiva social”, que la Fundación María José Jove organiza este fin de semana.

El proyecto HELENA, promovido por la Comisión Europea, trabaja dentro de este campo e incluye el desarrollo de un programa de intervención que tiene como objetivo la mejora del estilo de vida de los adolescentes. No obstante, para el Dr. Moreno, “como estas medidas tardan en mostrar su eficacia, es necesario establecer programas de tratamientos para niños que incluyan actividad física, dieta y ayuda psicológica”. En este sentido, el Dr. Moreno apunta que “ya estamos trabajando para definir el Proyecto EVASYON que se aplicará en 5 hospitales españoles y que será financiado por el Ministerio de Sanidad”.

Por su parte, la delegada de la Consellería de Sanidade y experta en nutrición, la Dra. María Ausencia Tomé, explica las claves del Programa PASEA, una iniciativa de la Xunta para promover estilos de vida saludables y de prevención de obesidad. En su intervención, la Dra. Tomé indicó que “entre los principales objetivos de este programa están el de mejorar el conocimiento del problema en el ámbito de Galicia y el de educar a la población, para invertir la tendencia creciente de tasas de sobrepeso”. En este sentido, “la Consellería está trabajando para establecer una normativa que promueva y garantice una alimentación saludable en los centros escolares, además de estar luchando por conseguir acuerdos de autorregulación en sectores y subsectores relacionados con la alimentación y el ejercicio físico”, explica la delegada.

Epidemia

Muchos expertos hablan incluso de epidemia. En este sentido, Rafael Tojo, catedrático de Pediatría y miembro de la Unidad de Investigación en Nutrición y Desarrollo Humano de Galicia, apunta que en el mundo hay más de 155 millones de niños con sobrepeso, 14 de ellos en la Unión Europea, de los cuales 3 millones son obesos. El Dr. Tojo explica que en España, la prevalencia de obesidad en los niños se ha triplicado desde 1984, pasando del 5 al 16%, “lo que ha producido que nuestro país ocupe los primeros junto a Malta, Portugal, Italia, Grecia y Reino Unido del ranking europeo de obesidad”.

Fomentar la actividad física

Todos los ponentes y expertos que participan en las mesas redondas coinciden en asegurar que “la prevención no se debe limitar sólo a una cuidada alimentación, sino también en fomentar la actividad física”. En este sentido, la Dra. Ana Martínez Rubio, coordinadora del Plan Integral de obesidad Infantil de Andalucía, alerta además de la necesidad de “alejarse a los niños de una vida tan sedentaria donde el máximo de horas frente al televisor o videoconsola no debería superar las dos horas diarias”. Asimismo, la Dra.

Martínez recuerda que “el exceso de peso en la adolescencia puede continuar en la edad adulta, provocando enfermedades como hipertensión arterial, diabetes, apnea del sueño y dolencias cardiovasculares”.

Respecto a la actividad física, la Dra. Martínez Rubio resalta la influencia de la organización de la sociedad actual a la hora de realizar algún tipo de ejercicio físico. “Es muy raro que los niños y sus familias acudan al colegio andando o en bicicleta por la peligrosidad y el ritmo frenético de la gran ciudad”, matiza. Asimismo, la Dra. Martínez explica también que la obesidad afecta de modo distinto a las mujeres: “hay menos niñas que niños obesos y se ha comprobado que las familias se preocupan antes si una niña tiene sobrepeso que si el problema lo tiene un niño”.

Intentar averiguar el motivo por el que las personas, a pesar de conocer las consecuencias negativas, se comportan de forma arriesgada para la salud, es la pregunta que los especialistas buscan responder, según explica Mabel Gracia, coautora del estudio *Alimentación, Salud y Estilos de Vida* y profesora de antropología de la Universidad de Barcelona. Para la Dra. Gracia uno de los errores más importantes es el de “insistir sólo en los alimentos, y no en la necesidad de cambiar los actuales estilos de vida, en los que una gran parte de la población dedica 4 veces más tiempo al ocio pasivo que al ejercicio físico”.

Ejemplo del Plan Navarro

Con la intención de trasladar su ejemplo al resto de comunidades, el profesor Javier Ibáñez, coordinador del Plan Navarro de Prevención en la Obesidad, avanza en la Fundación María José Jove en qué consiste el programa que han puesto en marcha con el inicio del curso escolar en la citada comunidad. Esta iniciativa, pionera en España, permitirá controlar a más de 250 niños de entre 6 y 8 años a los que han pesado y tallado para ver la evolución que tiene desde septiembre a junio. Para mejorar sus hábitos, estimularán una correcta alimentación que deseché la comida rápida e intentarán fomentar el deporte fuera y dentro de los centros escolares. Los profesores serán una parte importante de este proyecto y, para una correcta aplicación del método, contarán con cuentos y guías didácticas adecuadas que ha preparado el departamento de educación del Gobierno de Navarra.

Los talleres del domingo

La *Jornada sobre Obesidad Infantil: Una nueva perspectiva social* se completará mañana domingo con la celebración de talleres lúdicos para niños de entre 4 y 10 años, desde las 11.30 horas hasta las 13.30 en la Fundación María José Jove. Con esta jornada se pretende incorporar a los niños al planteamiento temático del evento.

Durante toda la mañana se prevé que los más pequeños aprendan, mientras juegan, cuáles son las claves para prevenir la enfermedad. Para ello, educadores sociales, psicólogos y terapeutas han preparado numerosas actividades repartidas en dos talleres: uno sobre Actividad Física Saludable y otro sobre Alimentación Saludable.

La entrada y participación en los talleres es libre previa inscripción llamando al teléfono de la Fundación María José Jove 981 160 265 o cubriendo el formulario de inscripción que se puede descargar accediendo a la página web www.fundacionmariajosejove.org, sección de eventos.

Nota del editor.- María José Jove, que fuera Vicepresidenta de FADESA, y de cuyo fallecimiento se han cumplido cuatro años, estuvo siempre vinculada al compromiso social orientado a los colectivos menos favorecidos, constituyendo la infancia una de sus grandes preocupaciones. Por este motivo, su familia ha querido impulsar este proyecto y llevar a la práctica la extraordinaria sensibilidad de María José Jove, creando una Fundación que lleve su nombre, bajo la presidencia de la actual Vicepresidenta de FADESA, Felipa Jove Santos.

Para más información:

*Belén Rey Asensio, Directora de Comunicación Fundación María José Jove
Tel. 981 17 92 00 - 981 160 265 brey@fadesa.es*