O.J.D.: 27390
E.G.M.: 193000
Tarifa: 6344 €
Área: 940 cm2 - 80%

EL DIARIO MONTAÑÉS

Fecha: 12/04/2014
Sección: CANTABRIA
Páginas: 1-2

Cantabria declara la guerra a la obesidad infantil y se propone rebajar la tasa a la mitad

La estrategia de Sanidad es coordinar «esfuerzos» en el ámbito asistencial, el educativo y el preventivo para conseguir el objetivo «ambicioso» que se fija en el Plan de Salud 2014-2019

:: ANA R. GARCÍA

SANTANDER. La tasa de menores cántabros con exceso de peso ha engordado hasta niveles «preocupantes». El problema lleva años ganando kilos y ningún 'plan de adelgazamiento' está dando resultados. La prueba es que, según los últimos estudios realizados en la región, en torno al 40% de los niños y adolescentes tendrán que luchar contra la báscula en la edad adulta, aunque aún no sean conscientes de ello, porque ya cargan con más kilos de los recomendados. En total, más de 29.000 menores. Para combatir de una vez por todas la propagación de esta epidemia, Cantabria se ha marcado un objetivo «muy ambicioso» en su Plan de Salud 2014-2019: disminuir la prevalencia de sobrepeso y obesidad por debajo del 15% y del 7%, respectivamente, para los menores de 0 a 16 años. Toda una declaración de intenciones que los pediatras reconocen que suena a utópica, aunque al tiempo insisten en que cada vez urge más poner remedio a este mal. No en vano, cuando crezcan, estos niños correrán un mayor riesgo de sufrir diabetes, de padecer cardiopatías isquémicas e, incluso, serán más propensos a padecer determinados cánceres.

«Es muy difícil invertir la tendencia. En Estados Unidos, que van por delante de nosotros en la lucha contra la obesidad infantil, no lo han conseguido. Ojalá se pueda reducir la tasa de exceso de peso en los niños como se plantea en el plan del Gobierno, pero tendremos que luchar mucho», señala el pediatra Carlos Redondo, que ha participado en el grupo de trabajo que ha desarrollado esta línea estratégica de la 'hoja de ruta' de la política sanitaria para los próximos seis años. A su juicio, para atajar el problema hay que empezar a los dos años de edad, que es cuando se programa el metabolismo. En la actualidad, la prevalencia del sobrepeso a esa edad es del 12,6% y la de obesidad, del 7,4%. Y estas son solo las cifras de partida. Se calcula que en el conjunto de los menores de 16 años esos porcentajes casi se duplican. Por eso, Redondo insiste en que «tienen que alimentarse adecuadamente desde pequeños; la gente se equivoca cuando cree que un niño gordito es sinónimo de que está sano. Es más, se debería procurar que hagan más ejercicio desde pequeños. Bastaría con que a partir de los 15 meses, que es cuando ya han aprendido a andar, no sigan yendo todo el tiempo en la silla».

La estrategia de Sanidad en esta guerra a los kilos de más en las edades pediátricas coordinará esfuerzos a nivel preventivo, educativo y asistencial. Este último será el más novedoso, pues abre la puerta al desarrollo de actividades educativas y terapias conductuales para padres e hijos en el ámbito de Atención Primaria. «Empezaremos a trabajar a corto plazo en este plan contra la obesidad, que se enmarca dentro del Programa de Salud de Infancia y Adolescencia –antes conocido como Programa de Niño Sano–, sobre la base de un trabajo previo realizado en 2011», explica el director general de Salud Pública, José Francisco Díaz. En él, se definirán el número de revisiones adicionales que requiere un niño con exceso de peso. Además de un mayor seguimiento médico, Salud Pública reforzará sus campañas de prevención, con actividades en centros escolares para fomentar la nutrición sana y el ejercicio físico, la respuesta a la obesidad que marca la estrategia Naos, puesta en marcha en 2005 por el Ministerio de Sanidad. Según Díaz, «para el próximo curso, la red cántabra de escuelas promotoras de salud, casi va a duplicar el número de participantes» –en la actualidad son 44 colegios e institutos–.

Se calcula que más de 29.000 niños cántabros tienen problemas de exceso de peso. :: DM

LAS CIFRAS

40%

es el porcentaje de menores cántabros que presenta exceso de kilos, de ellos el 24,5% tiene sobrepeso y el 11,3% son obesos.

15%

es la tasa de sobrepeso que se marca como objetivo el Plan de Salud de Cantabria, que también quiere reducir el índice de obesidad al 7%.

LAS FRASES

José Francisco Díaz
Director general de Salud Pública

«Vamos a reforzar las campañas y programas que desarrollamos con los centros escolares»

Carlos Redondo
Pediatra de Atención Primaria

«Donde se cuece el matabolismo del niño es en el ámbito familiar. Ahí es donde hay que insistir»

Prevención en casa

Redondo defiende que donde más hincapié debe hacerse en materia preventiva es sobre todo en el ámbito familiar, que es «donde se cuece el metabolismo del niño. No vale de nada que en el colegio realice un almuerzo o una comida saludable, si después en casa se les siguen dando platos precocinados o comidas rápidas que les sepan bien para que coman más rápido». Además, continúa, «no hay espíritu de ejercicio en familia, de salir juntos a dar un paseo, a andar en bici o a patinar, y sería conveniente». Ambos coinciden en que «cambiar los hábitos de vida siempre es muy complicado», aunque confían en que este nuevo trabajo de futuro, que cuenta «con el compromiso de muchas partes», como destaca Díaz, ayude a frenar uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI.