Málaga hoy

PAÍS: España
PÁGINAS: 13
TARIFA: 4576 €
ÁREA: 726 CM² - 100%

FRECUENCIA: Diario
O.J.D.: 7045
E.G.M.: 23000
SECCIÓN: MALAGA

7 Septiembre, 2015

Cerca del 20% de la población tiene problemas de sobrepeso

- Los expertos recomiendan realizar cambios en los hábitos alimenticios y de ocio
- Los niños obesos tienen más posibilidades de sufrir enfermedades como la diabetes

Inmaculada Montes MÁLAGA

Hace muchos años que los expertos alertan de los altos índices de sobrepeso y obesidad, especialmente entre los más pequeños de la casa. Un problema de salud pública que ha sido calificado como "uno de los más graves del siglo XXI", según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Las cifras presentadas recientemente por el Ayuntamiento de Málaga en el marco del diagnóstico previo al IV Plan de Salud Municipal auguran que la obesidad es uno de los principales males entre la población malagueña: el 18,8% de los encuestados sufre esta enfermedad. Además, aparece un elevado número de personas que encuentra dificultades para evaluar si le sobra peso: el 12% de las personas obesas cree que su peso es normal, el 48,8% que es algo mayor de lo normal, y el 5,1% no lo sabe. Así, en términos generales, sólo el 12,9% opina que está obeso.

> **Federico Soriguer**
> Endocrino
>
> *Es una barbaridad, en Andalucía estamos diez puntos por encima de la media española"*

"Es una barbaridad, en Andalucía estamos diez puntos por encima que la media española, que se sitúa en torno al 28%, y casi al nivel de EEUU en prevalencia de obesidad. Tenemos un reto muy importante", indica el doctor y endocrinólogo Federico Soriguer, conductor del diagnóstico de salud en el que se basará el plan municipal.Este experto, además, afirma que "no hay gen que marque tanto el riesgo de obesidad como el nivel de estudios", ya que mientras un 33% de los encuestados sin estudios tiene sobrepeso, esta cifra alcanza sólo el 6% entre los universitarios. Por tanto, del diagnóstico se desprende que el nivel de formación académica es un factor determinante en la salud de las personas, que son menos propensas a padecer obesidad o al sedentarismo.

Este último aspecto es igualmente destacable ya que se mueve en niveles muy altos entre los malagueños: el 53,5% no hace ningún tipo de ejercicio en su tiempo libre y tan sólo el 26,9% lo hace de manera regular. Este factor entronca también en el estudio dirigido por el doctor con el nivel de estudios: más de la mitad de las personas que no cuentan con formación académica no realizan ningún tipo de actividad física. En este sentido, Soriger opina que una de las soluciones pasaría por un proyecto político en el que se fomente el transporte público, se tenga una peatonalización adecuada de las vías y un mayor número de carriles bicis así como espacios saludables.

El problema de la prevalencia de la obesidad se agrava más cuando afecta a los menores. Según las cifras del último estudio Aladino, el sobrepeso infantil afecta en torno al 25% de los menores entre 7 y 8 años. Además, la prevalencia de obesidad infantil llega hasta el 18,4%. En suma, el exceso de peso afectaría, según los datos del informe, al 43% de los escolares en esta franja de edad. Las cifras de este estudio nacional coinciden con las recogidas en un reciente informe de la Escuela Andaluza de Salud Pública junto con otros organismos públicos, pero ampliado a menores andaluces entre 8 y 17 años: el 26% éstos presenta sobrepeso y el 12,6% sufre obesidad.

Según OMS, los niños con sobrepeso tienen más probabilidades de padecer a edades tempranas enfermedades como diabetes, hipertensión o complicaciones metabólicas, lo que a su vez se asocia "a un aumento de la probabilidad de muerte prematura y discapacidad". Ante esta situación, los expertos advierten que es necesario "combatir la obesidad" realizando "cambios en los hábitos alimenticios y de ocio".

Entre estos cambios estaría, según el endocrinólogo Soriguer, fomentar el apego a la dieta mediterránea. "Sólo el 35% de los encuestados en el diagnóstico municipal de salud considera que ésta es prioritaria para la salud. De hecho, la adherencia a la dieta mediterránea está en la media de una escala de 0 a 14, y por nuestra procedencia lo normal sería que alcanzara un nivel más alto", añade, incidiendo en que la política y el modelo de sociedad pueden hacer mucho más por la prevalencia de la obesidad que los médicos. "El obeso sí es problema del médico, pero la obesidad es problema de la sociedad en general y la política en particular", considera el endocrinólogo.

M. H.

Dos mujeres pasean por la capital.

Los hospitales públicos ayudan a 4.500 personas a perder peso

Más de 4.500 personas que padecen sobrepeso y obesidad fueron atendidas durante los últimos siete años en la Unidad Intercentros de Endocrinología, Metabolismo y Nutrición de los hospitales públicos de Málaga a través de un programa específico para la pérdida de peso. Este programa, dirigido por el director de la unidad, Francisco Tinahones, y coordinado por el enfermero Luis Moreno, se realiza en la consulta de Obesidad del Centro de Especialidades San José Obrero, centro dependiente del Hospital Virgen de la Victoria de la capital, según indicó el Gobierno andaluz. El proyecto, que tiene una duración de cinco meses y que atiende a pacientes que son a su vez derivados desde las distintas áreas de referencia de la unidad de Endocrino, está consiguiendo que estos enfermos reduzcan una media de más de 7,5 kilogramos. El principal objetivo del programa es lograr "un cambio de actitud en la persona que sufre sobrepeso u obesidad, para que a su vez provoque un cambio definitivo en sus hábitos de dieta y ejercicio", que les ayude a continuar con la pérdida de peso una vez finalizado este period. Aemás, una vez que el paciente asiste a las cinco sesiones, dos de ellas individuales –la primera y la última–, y el resto colectivas, es derivado a su centro de salud correspondiente donde, a través de las consultas de Consejo Dietético, continúa siendo controlado en su reducción de peso.