

Un estudio realizado por endocrinos determina que uno de cada siete niños está gordo

La obesidad infantil favorece la aparición de patologías de adultos

Los médicos advierten de que el sobrepeso en los más pequeños condiciona su estado físico en la edad madura y piden que se impartan clases de alimentación en los centros escolares

Redacción / A Coruña

Diabetes tipo II, hipertensión o colesterol son dolencias que, hasta hace bien poco, formaban parte del historial médico de personas adultas de manera casi exclusiva. Claro que eso era antes de que la obesidad hiciera mella en los más pequeños de la casa. El sobrepeso está consiguiendo que las patologías propias de adultos afecten a los niños.

El doctor Ovidio Vidal, jefe de Endocrinología del Juan Canalejo, explica que, según los datos del estudio enKid,

El exceso de grasa en los infantes envejece sus vasos sanguíneos

realizado en niños de toda la península, uno de cada siete pequeños es gordo. Esto se traduce en una tasa que ronda el 14% de la población infantil. El especialista advierte de que este problema puede llegar a condicionar el estado físico de la persona en la edad adulta.

Medir con distintas tablas

La principal dificultad a la hora de evaluar el exceso de peso en los más pequeños se centra en el hecho de que las tablas de medición van cambiando en cada edad. De hecho, el doctor Vidal relata que los niños suelen ser más gordos entre los seis y los 12 años, mientras que a las niñas los problemas de sobrepeso les afectan a los 15.

La consecuencia más peligrosa de esta situación se traduce, según Vidal, en el envejecimiento prematuro de los vasos sanguíneos. Esto



Los médicos advierten del peligro de saltarse alguna comida, sobre todo en las edades más tempranas

condiciona, en buena parte, que esos niños sean obesos cuando alcancen la madurez.

Un problema social

La cultura tiene, en opinión del especialista, una influencia determinante en el desarrollo de este problema. De hecho el médico insiste en la

“El exceso de peso se ha convertido en la epidemia del siglo XXI”

necesidad de que se impartan clases sobre alimentación en las aulas. “Los niños no saben comer y esto es un problema social, no médico”, apostilla el facultativo. Por eso pide que los profesores les muestren el auténtico sig-

nificado de tener una buena alimentación diaria.

En este sentido, el endocrino advierte del hecho de que la obesidad “ha llegado a convertirse en la epidemia del presente siglo”. La mala alimentación pasa, en muchos casos, por saltarse la comida principal del día: el desayuno. Recientes estudios han demostrado que, al contrario de lo que muchos puedan pensar, la primera comida del día ayuda a reducir el riesgo de sobrepeso y de padecer diabetes.

Según los datos del enKid, la obesidad no afecta por igual a los niños de toda la península. Así, en el norte, tan sólo un 12,5% son gordos, mientras que en puntos como Canarias, la tasa se eleva a un 18%. Vidal señala que en esta diferencia tiene mucho que ver la cultura y las diferencias en el tipo de vida que se lleva en cada zona

▷ Diferencias de sexo

Los problemas de sobrepeso suelen afectar de manera diferente según el sexo: en los niños aparece en edades entre los seis y los 12 años, mientras que en las niñas su auge es en la adolescencia.

▷ Menos en el norte

La tasa de obesidad infantil en el norte se reduce a un 12,5%, frente al 16% de Andalucía, el 15% que se alcanza en la zona centro y el 18% de Canarias.

▷ Cuidar sus efectos

Una de las consecuencias más peligrosas del sobrepeso es la aparición temprana de enfermedades como la diabetes tipo II, la hipertensión o el colesterol, propias de las edades adultas.