

José M^a Juárez Arias

Jesús Muñoz: “El sobrepeso hay que tratarlo desde la guardería hasta el ámbito laboral”

La Junta de Andalucía puso en marcha en 2004 el Plan de Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada, una estrategia con la que mejorar el abordaje la obesidad desde la infancia hasta la edad adulta. Ahora este proyecto se ha integrado en la Red Enrich (Red Europea de Regiones para la Mejora de Salud de los Ciudadanos). De todo ello ha opinado para Diario Médico Jesús Muñoz, coordinador del Plan andaluz.

La Junta de Andalucía puso en marcha en 2004 el Plan de Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada, una estrategia con la que mejorar el abordaje la obesidad desde la infancia hasta la edad adulta teniendo en cuenta la alimentación, el control del peso y la prevención del sedentarismo.

Ahora este proyecto se ha integrado en la Red Enrich (Red Europea de Regiones para la Mejora de Salud de los Ciudadanos), gracias a la cual Andalucía comparte experiencias e información con otras regiones mediterráneas como La Toscana, en Italia, o Malopolska, en Polonia. De todo ello ha opinado para Diario Médico Jesús Muñoz, coordinador del Plan andaluz.

¿Cómo valoraría la situación de la obesidad en España?

Es un verdadero problema para nuestra sociedad. Los estudios muestran que, en el caso de Andalucía, el 30 por ciento de los niños sufre sobrepeso, una cifra que se eleva hasta el 50 por ciento en el caso de los adultos. Estos datos son preocupantes, pero alarman en mayor medida por las patologías asociadas a la obesidad, enfermedades como la diabetes del tipo 2 o las cardiopatías.

¿A qué cree que se deben estas cifras?

Es una mezcla de mala alimentación, poco control del sobrepeso y sedentarismo. El organismo recibe demasiadas calorías provenientes de una dieta rica en grasas y proteínas, que los individuos no queman debido a que apenas se mueven por el trabajo que desempeñan y a la forma que tienen de divertirse, que es cada vez menos activa. El resultado de este estilo de vida es el sobrepeso.

¿Cómo mejoraría el control de la obesidad?

Con planes como la estrategia NAOS del Ministerio de Sanidad o el Plan de Promoción de la Actividad Física y la Alimentación equilibrada de la Junta de Andalucía. Es necesario concienciar al ciudadano de la importancia que tiene controlar su peso desde la infancia y las estrategias actuales son buenas para lograrlo, pero los resultados se verán a largo plazo y es necesaria la coparticipación de instituciones sanitarias y educativas y empresas, para abordar el problema desde la infancia hasta la edad adulta de forma eficaz.

En relación al Plan de Promoción de la Actividad Física y la Alimentación equilibrada, ¿cuáles son los objetivos que persigue?

La finalidad principal del Plan es prevenir las enfermedades y la discapacidad a las que puede dar lugar la obesidad, es decir, frenar el sobrepeso y su comorbilidad. Para lograrlo promovemos el control de la alimentación, el peso y la actividad física del individuo durante toda su vida. Desde la guardería hasta el ámbito laboral, pasando por el colegio y la universidad, concienciando a las familias y a las instituciones con campañas específicas para cada edad.

El Plan está integrado en la Red Enrich, ¿en qué consiste este proyecto?

Se trata de una iniciativa en la que participamos varias regiones europeas para mejorar la salud de los ciudadanos. Buscamos compartir actuaciones, información y experiencias en el abordaje de la obesidad para dar con las intervenciones más eficaces que pueden aplicarse en el día a día del ciudadano y del facultativo. Una vez tengamos la información necesaria, elaboraremos proyectos conjuntos para unificar el tratamiento de la obesidad.

¿Cuándo cree que podrán iniciarse estos proyectos?

Para 2007. Son iniciativas a largo plazo, pero para esa fecha tendremos datos que nos permitan establecer estrategias similares con las que luchar de forma unificada y con criterios comunes contra la obesidad.