



Restauración Colectiva

El portal de referencia para los profesionales del sector

Te encuentras en Inicio / Secciones / Nutrición /

El 35% de los menores españoles tiene obesidad o sobrepeso y el 64% no hace ejercicio

La ministra de Sanidad en funciones, M. Luisa Carcedo, y el presidente de la Gasol Foundation, Pau Gasol (@Zipi/EFE).

## El 35% de los menores españoles tiene obesidad o sobrepeso y el 64% no hace ejercicio

Miércoles, 04 de septiembre 2019

**Según el estudio 'Pasos' de la Gasol Foundation, el 34,9% de los niños y adolescentes españoles de entre 8 y 16 años tienen sobrepeso u obesidad; el estudio constata también que el 63,6% de ellos ni siquiera practica los 60 minutos de ejercicio físico al día recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS).**

La [Gasol Foundation](#) ha presentado los resultados preliminares del estudio pionero 'Pasos' (*Physical Activity, Sedentarism and Obesity in Spanish Youth*) que evalúa el nivel de actividad física y sedentarismo de los niños y adolescentes en España.

"Estudiar el nivel de actividad física y sedentarismo de los niños y adolescentes en nuestro país es necesario para poder impulsar políticas e intervenciones educativas que contribuyan a prevenir la obesidad infantil y las enfermedades que esta comporta a largo plazo", ha explicado **Pau Gasol**, presidente de la Gasol Foundation. Con este objetivo, y tras la identificación de falta de datos objetivos sobre la salud de los menores en España, la Gasol Foundation fundación de los hermanos Pau y **Marc Gasol** cuyo objetivo es la lucha contra la obesidad infantil ha presentado hoy los resultados preliminares del estudio 'Pasos'.

Por primera vez en nuestro país, se ha evaluado la actividad física, el sedentarismo, los estilos de vida y la obesidad de la población infantil de entre 8 y 16 años a través de una muestra representativa y con métodos objetivos, lo cual ha permitido obtener una fotografía lo más ajustada posible a la realidad. En total, han participado 3.803 menores de 245 centros educativos de las 17 comunidades autónomas, que han sido evaluados por 13 grupos de investigación de toda España.

### Resultados preliminares

- **Práctica de actividad física.**

Según los resultados preliminares del estudio, el 63'6% de los niños/as y adolescentes no alcanza, tal como recomienda la OMS, los 60 minutos de Actividad Física Moderada o Vigorosa (AFMV) al día. Este incumplimiento es más pronunciado en el género femenino (el 70,4% de las niñas no llega al nivel recomendado frente al 56% de los niños) y entre los adolescentes (el 72,4% de los alumnos de secundaria no cumple la recomendación, frente al 55% de los de primaria). A su vez, el estudio demuestra que los adolescentes de 4º ESO (16 años) realizan 106 minutos menos de actividad física por día (promedio) que los menores de 3º de primaria (8 años).

- **Horas dedicadas a pantalla.**

Para medir el sedentarismo de los menores, se ha evaluado el tiempo de uso de pantallas (televisión, ordenador, tablet, móvil y/o videojuegos) tomando como referencia la recomendación de la OMS, que aconseja no superar las dos horas diarias. Partiendo de esta consideración, se ha detectado que más de la mitad de los niños/as y adolescentes no cumple con las recomendaciones de uso de pantallas entre semana (54%), situación que se agrava durante el fin de semana, cuando casi el 80% pasa más de dos horas al día delante del ordenador, móvil, televisión u otros dispositivos digitales.

Además, se aprecia una mayor predisposición al uso de pantallas por parte de los/las adolescentes de 12 a 16 años?, respecto a los niños/as de primaria de 8 a 11 años. De la misma manera, el incumplimiento es más pronunciado en el género masculino durante la infancia y la adolescencia.

Entre semana, el uso de pantallas es mucho mayor en los/las adolescentes de 4º de la ESO (144 min. promedio día) respecto a los participantes de 3º de primaria. En fin de semana, esta diferencia alcanza los 172 minutos.

- **Prevalencia de sobrepeso y obesidad.**

Los resultados preliminares del estudio 'Pasos' revelan que más de un tercio de los niños/as y adolescentes españoles (34'9%) presenta sobrepeso u obesidad según Índice de Masa Corporal (IMC); concretamente, el 14'2% padece obesidad y el 20,7%, sobrepeso.

Sin embargo, si tomamos como referencia la circunferencia de cintura, el porcentaje de obesidad abdominal (23,8%) resulta

prácticamente un 10% superior al calculado según el IMC. Esta diferencia evidencia la necesidad de incorporar la medición de la circunferencia de cintura como indicador de la obesidad en la infancia. Por otra parte, es importante resaltar que, en las últimas dos décadas, el porcentaje de población infantil y adolescente que presenta obesidad abdominal ha aumentado en un 7,9%.

### 'Pasos' como punto de partida

Tras estos resultados preliminares, Pau Gasol ha lanzado cinco peticiones a las instituciones públicas, al sector privado, a la sociedad civil y al tercer sector con el objetivo de garantizar el desarrollo de los niños/as en un entorno seguro y saludable que les permita alcanzar su pleno potencial:

1. **Invertir en políticas de prevención de la obesidad infantil** que consigan frenar el deterioro de hábitos que se produce a lo largo de la infancia y de la adolescencia.
2. **Poner en marcha intervenciones comunitarias** que promuevan la salud y que sean capaces de alcanzar todos los sectores clave en los que los niños se desarrollan: escuelas de infantil, primaria y secundaria; centros sanitarios; centros deportivos; entidades de ocio; ayuntamientos; comercios locales.
3. **Incrementar las horas y la calidad de la educación física** en los centros educativos, a la vez que el Consejo Superior de Deportes, junto a las comunidades autónomas y municipios, deberían reforzar las iniciativas de fomento de la actividad física y el deporte fuera del ámbito escolar.
4. **Reforzar la formación de los equipos de pediatría y otros profesionales del ámbito sanitario** en la prevención de la obesidad infantil.
5. **Impulsar el Plan Nacional contra la Obesidad Infantil, con asignación presupuestaria**, liderado por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, que implique a todas las Administraciones públicas estatales, autonómicas y locales y otras entidades relacionadas con la materia.

### Noticias Relacionadas

- [Los hermanos Gasol y Roca fomentan hábitos saludables entre los más pequeños](#)
- [Baleares aprueba un decreto sobre dieta mediterránea que regula los menús escolares](#)
- [Feadrs suscribe el acuerdo con Sanidad para la reducción de azúcares, sales y grasas](#)
- [¿Cómo hace Japón para ser el país desarrollado con el índice de obesidad más bajo del mundo?](#)