

Te encuentras en Inicio / Secciones / Nutrición /

La obesidad y el sobrepeso infantil disminuye 3,2 puntos en los últimos cuatro años

La obesidad y el sobrepeso infantil disminuye 3,2 puntos en los últimos cuatro años

Miércoles, 09 de noviembre 2016

El exceso de peso en la población infantil ha disminuido en 3,2 puntos entre 2011 y 2015. La prevalencia de sobrepeso fue en 2015 del 23,2% y la prevalencia de obesidad del 18,1% (frente al 26,2% y el 18,3% de 2011). Son datos del último estudio *Aladino* en el que han participado 10.899 niñas y niños de entre 6 y 9 años, de 165 colegios de toda España.

El estudio *Aladino 2015* muestra una reducción del exceso de peso (sobrepeso y obesidad) en la población infantil de 3,2 puntos porcentuales en cuatro años, ya que se ha reducido del 44,5 por ciento en 2011 al 41,3 por ciento en 2015. En el estudio, que elabora cada dos años la [Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición \(Aecosan\)](#), han participado más de 10.000 escolares de entre 6 y 9 años y utiliza los estándares de crecimiento de la [Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#).

La prevalencia de sobrepeso es similar en niños y niñas, pero la prevalencia de obesidad es mayor en los niños, como ya se veía en estudios anteriores. En cuanto al sobrepeso, afecta al 23,2% de la población estudiada, 22,4% en niños y 23,9% en niñas; y en relación a la obesidad, la prevalencia fue del 18,1%, 20,4% en niños y 15,8% en niñas.

Así, desde el año 2011 se ha encontrado una disminución significativa del sobrepeso, del 26,2% al 23,2%, mientras que en la prevalencia de la obesidad también se detectó un descenso, aunque no estadísticamente significativo.

El informe se ha presentado en el marco de la *X Convención Naos*, una jornada científica organizada cada año por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad en la que se premian acciones que promocionan la alimentación saludable y la actividad física ([Premios Estrategia Naos](#)).

En el estudio han participado 10.899 escolares de 165 colegios de toda España.

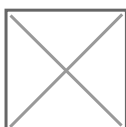
Se consolida la tendencia descendente del exceso de peso

Los resultados del estudio *Aladino* confirman la inversión de la tendencia del sobrepeso y la obesidad infantil en España, que pasa a ser descendente, lo cual es explicable por los grandes esfuerzos realizados por todos los actores de la sociedad de forma continuada.

Según declaró el secretario general de Sanidad y Consumo, **Javier Castrodeza**, *“estos esfuerzos deben ser mantenidos y potenciados, para poder lograr que la disminución de la obesidad infantil siga produciéndose, y a una mayor velocidad”*.

Este es el objetivo central de la *Estrategia Naos* que, hace ya más de diez años, puso en marcha el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad: movilizar a las administraciones públicas, al sector alimentario, a sociedades científicas y a organizaciones de consumidores, entre otros, para fomentar una alimentación saludable y la práctica de actividad física en el ámbito familiar, educativo, empresarial, sanitario y laboral. Desde esta estrategia de salud, se priorizan medidas dirigidas a la infancia y adolescencia, sobre todo a los que están en situaciones más vulnerables.

Es importante destacar también el dato de que del total de escolares que comen en casa, un 60,1% tienen obesidad, mientras que el porcentaje baja a un 36,8% entre los niños y niñas que comen a diario en el comedor escolar.



Casi el 90% de los colegios ofrece educación nutricional de forma específica o integrada en otras materias

Para hacer el estudio, además de las encuestas a las familias, a los propios niños y a profesores y tutores, el director o directora de cada centro o una persona de responsabilidad del equipo directivo cumplimentaron un cuestionario destinado a recoger información sobre aspectos relacionados con el colegio y el ambiente escolar. Los 165 colegios participantes cumplimentaron este cuestionario.

Se preguntó si el centro escolar incluye en su currículo educativo una nutrición de forma específica o integrada en otras materias a lo que 143 centros (86,7%) contestaron positivamente. También se extrae de las encuestas que un 85,2% de las aulas de 1º a 4º de educación primaria han participado en alguna iniciativa o proyecto organizado por el colegio para promover un estilo de vida saludable, en el presente curso escolar o en el anterior.

Se preguntó también si en el centro, los escolares tienen disponible algún alimento fuera del comedor escolar. El 81,2% indicó que dispone de agua de forma gratuita, y el 18,8% y el 7,9% de los centros ofrece fruta y verdura, respectivamente, de forma gratuita frente al 3,6% y 1,8% que las ofrecen pagando. Además, un 3,6% de los centros dispone de refrescos, con o sin azúcar, mediante un servicio de pago.

De los centros que disponen de comedor escolar, el 40,9% disponen de servicio de comida propio (63 centros) y el 58,4% utilizan un servicio externo (90 escuelas). El 94,2% del total indica que las comidas servidas en el comedor cumplen con las directrices de nutrición españolas sobre comida saludable. El 26,7% de los centros proporcionan fruta a sus alumnos de forma gratuita o a precios reducidos, seguidos del 6,1% que ofrece verdura y 3,0% que ofrece leche.

En cuanto al tiempo dedicado a las clases de educación física en el colegio como término medio se dedican una media de 113,85 minutos a la semana en el currículo escolar. El 98,8% de los centros escolares cuentan con alguna zona de recreo exterior en la que pueden jugar los niños durante los recreos y solamente un 49,7% de los centros dispone de áreas de juego interiores. Un 99,4% de los centros incluye la educación física dentro del currículo escolar.

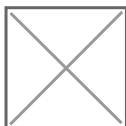
El 73,9% de los centros permite utilizar las áreas de juego exteriores fuera de las horas de clase frente al 26,1% de los centros que permiten usar las áreas de juego interiores fuera del horario escolar. El 70,9% de los centros encuestados no ofrece transporte escolar a sus alumnos (Tabla 30), y el 37,6% consideran que las rutas de ida y vuelta al colegio son seguras para sus alumnos para ir andando o en bicicleta.

Por último, el 81,8% de los centros declara no permitir campañas de publicidad o marketing sobre alimentos, comidas o bebidas frente al 18,2% que sí lo permite.

Ocio pasivo, dormir menos de diez horas y no desayunar

Este estudio asocia ciertos hábitos y situaciones sociales a una mayor prevalencia del exceso de peso en los niños. Por ejemplo, la prevalencia de la obesidad es mayor entre los niños que declaraban que no desayunaban a diario (el 93% sí lo hace) y entre los que tenían un tiempo de sueño inferior al medio (10,2 horas).

Además, el disponer de televisión, ordenador o videojuegos en su habitación, también se asocia a la prevalencia de obesidad: el porcentaje de niños con televisor o DVD en su habitación es del 37% entre los que tienen obesidad, y del 22% entre los que tienen un peso normal. Lo mismo ocurre con los que dedican dos o más horas diarias al ocio pasivo, el 29% entre los que tienen obesidad y el 22% entre los que tienen un peso normal.



Por otro lado, el bajo nivel de ingresos económicos de la familia y el bajo nivel educativo de padres y madres también se asocian con mayores prevalencias de sobrepeso y obesidad, de manera que el porcentaje de niños con obesidad en familias con ingresos menores de 18.000 € anuales era del 54,8%, mientras que en familias con ingresos mayores o iguales a 30.000 €, era del 22,6%.

El estudio *Aladino de Vigilancia del crecimiento, alimentación, actividad física, desarrollo infantil y obesidad en España* se realiza en colaboración con la Oficina para Europa de la Organización Mundial de la Salud (OMS) con el objetivo de conocer la tendencia de la obesidad infantil y sus principales determinantes asociados en los países europeos, mediante una metodología común.

[Descarga del informe completo.](#)

Noticias Relacionadas

- [El azúcar no debería superar el 5% de las calorías de la dieta, el equivalente a 6 terrones](#)
- [¿Podría convertirse Pokémon Go en un aliado para luchar contra la obesidad infantil?](#)
- [Los D-N advierten que el azúcar ha invadido desayunos y meriendas de los niños](#)
- ["La FR lucha contra la obesidad y por tener unos adultos más sanos en el futuro"](#)
- [El papel de la restauración colectiva en la prevención de la obesidad infantil](#)
- [Dejar a los niños que se sirvan la comida puede ayudar a combatir la obesidad infantil](#)