

Según un estudio de EEUU, los niños crecen más durante el curso que en el periodo estival

Lunes, 16 de mayo 2022

Leído en prensa

Tal como se ha podido comprobar en un nuevo estudio realizado por científicos estadounidenses, publicado en la revista *Frontiers in Physiology*, los niños crecen más rápido durante el curso escolar que durante el verano; entre las causas se encuentran los cambios en la actividad física y la dieta de los niños durante el periodo estival, incluidas las vacaciones.

Hace tiempo que se sabe que, en los países occidentales, los niños tienen más probabilidades de sufrir sobrepeso u obesidad durante el verano. Ahora, un grupo de investigadores norteamericanos, han demostrado que, como el Índice de Masa Corporal (IMC) es la relación entre el peso corporal en kg y la altura en metros al cuadrado, un crecimiento vertical más rápido durante el curso conduce a un aumento del IMC durante los veranos.

“Aquí mostramos la estacionalidad en el índice de masa corporal estandarizado (IMCz), con niños que ganan altura a un ritmo mayor durante el año escolar en comparación con el verano”, explica la doctora **Jennette P. Moreno**, profesora asistente del Centro de Investigación de Nutrición Infantil del USDA/ARS, del Colegio de Medicina Baylor (Estados Unidos) y primera autora del estudio.

El IMCz es el IMC individual escalado al IMC medio específico de la población, de modo que un IMCz de uno equivale a un IMC una desviación estándar por encima de la media. Normalmente, un IMCz de 1,04 se considera sobrepeso, y un IMCz de 1,64, obesidad.

“La tasa de aumento de peso de los niños fue más consistente que su tasa de aumento de altura a lo largo del año, excepto entre los niños que empezaron a pasar a un estado de peso poco saludable en el verano después de terminar el segundo grado”, explica Moreno.

Moreno y sus colegas han vuelto a analizar estadísticamente los resultados de su estudio de 2013, en el que siguieron a 3.588 niños que entraron en el jardín de infancia en septiembre de 2005, en cualquiera de las 41 escuelas del Distrito Escolar Independiente de Fort Bend, en torno a la ciudad de Sugar Land, en Texas.

Hicieron un seguimiento de estos niños, que tenían entre cinco y seis años al inicio, hasta el otoño que siguió a la finalización del cuarto grado de primaria, cinco años después. Las enfermeras midieron la altura y el peso de cada niño dos veces al año, a mediados de septiembre y a mediados de abril. El presente reanálisis es más potente que el de 2013.

Los autores dividieron a los niños en cinco 'grupos de trayectoria de IMC', según su patrón de cambio de IMCz a lo largo del estudio. En este caso, el 22,6% de los niños puntuó como 'sobrepeso u obesidad crónica', el 8,2% como 'peso que se convierte en saludable', el 8,5% como 'sobrepeso u obesidad de inicio tardío', el 8,2% como 'sobrepeso u obesidad de inicio temprano', y el 52,5% como 'peso saludable persistente'.

El inicio temprano se definió como la transición hacia un IMCz superior a la media a partir del verano posterior al jardín de infancia, y el inicio tardío como el inicio de esta transición el verano posterior al segundo grado.

Además del grupo de trayectoria del IMC y la estación del año (otoño o primavera), los autores utilizaron la escuela, la edad del niño en meses, el género, la raza o la etnia y el peso corporal o la altura relativa en comparación con los compañeros como variables explicativas para modelar los cambios estacionales en la altura, el peso y el IMCz, así como sus interacciones estadísticas modificadoras.

El crecimiento vertical fue estacional: la altura de los niños aumentó más rápidamente durante el año escolar que durante el verano, con una diferencia de tasa media de 0,055 cm/mes. Como resultado, los gráficos de crecimiento lineal a lo largo del tiempo - corregidos por otras variables- muestran un patrón irregular, con picos en primavera y valles en otoño.

Este déficit en el crecimiento vertical a lo largo del verano fue mayor para los “crónicamente obesos o con sobrepeso”, con un total de aproximadamente -0,1 cm/mes menos de crecimiento a lo largo del verano que a lo largo del curso escolar.

La tasa de aumento de peso no difería entre estaciones. Sin embargo, los últimos patrones combinados de altura y peso hicieron que

el IMCz fuera más alto en verano, mientras que la probabilidad de padecer sobrepeso u obesidad aumentó considerablemente durante todos los veranos.

“A pesar de que el patrón de ganancia de altura muestra un mayor aumento de la misma durante el año escolar, el aumento de altura de los niños influyó más fuertemente en el IMCz durante el año de vacaciones de verano que durante el año escolar, y el aumento de peso mostró un incremento constante durante el año escolar”, señala la coautora, la doctora **Debbe Thompson**, nutricionista investigadora del USDA/ARS y profesora del Centro de Investigación de Nutrición Infantil del USDA/ARS en el Colegio de Medicina Baylor.

“Este impacto estacional diferencial de la altura y el peso en el IMCz conduce a un estado de IMCz más saludable durante el año escolar”, añade.

Lo que causa la fuerte estacionalidad del crecimiento vertical aún no está claro. *“Es posible que las exigencias del año escolar alteren la exposición de los niños al ciclo diario de luz-oscuridad, lo que puede causar el patrón estacional en la altura. La realización de estudios adicionales sobre los niños que están escolarizados todo el año podría ayudar a responder a esta pregunta”,* afirma el autor final, el doctor **Craig A. Johnston**, profesor asociado del Departamento de Salud y Rendimiento Humano de la Universidad de Houston.

“Lo que está claro es que los niños con mayor riesgo de padecer sobrepeso y obesidad tienen un impacto estacional menos pronunciado del aumento de altura en el IMCz, lo que indica que se beneficiarían de los esfuerzos de prevención de la obesidad durante todo el año”, concluye Johnston.

Noticias Relacionadas

- [Explorando las vías para servir menús más saludables y sostenibles en los colegios](#)
- [Más del 10% de los niños españoles en edad escolar sufre alguna alergia alimentaria](#)
- [Consideraciones generales para la alimentación de los niños entre los 0 y los 3 años](#)
- [Los niños que siguen una dieta equilibrada sacan mejores notas y van menos estresados](#)