

## **Artículo Jóvenes Salud**

LONDRES (Reuters) -- El 10 por ciento de los niños del mundo, unos 155 millones, padece sobrepeso u obesidad, dijo el miércoles un experto en salud que presentó una nueva evidencia que habla de la magnitud del problema.

"Necesitamos medidas urgentes. Es hora de actuar", dijo el profesor Ricardo Uauy, presidente del departamento de nutrición de la Escuela de Higiene y Medicina Tropical de Londres.

Uauy, editor de un nuevo informe sobre obesidad infantil, pidió una estrategia mundial para frenar el número creciente de niños obesos.

"Estamos frente a un problema infantil de proporciones epidémicas", dijo. "Creíamos que la obesidad era un problema de adultos. Es un problema mundial entre los niños y va a empeorar".

Aunque la situación es más grave en Estados Unidos -donde la obesidad entre niños de cinco a 17 años es del 10 por ciento y más del 30 por ciento tiene sobrepeso-, las cifras están aumentando en Europa, Oriente Medio, Asia y el Pacífico, según un informe de la Fuerza Internacional contra la Obesidad (FIO), con sede en Londres.

Entre el 10 y el 20 por ciento de los niños en el norte de Europa tienen tendencia al sobrepeso, mientras que en el sur europeo la cifra es del 20 al 35 por ciento.

La obesidad ya pasó de ser un problema de salud pública del mundo industrializado, donde abundan los alimentos ricos en calorías, los equipos que aligeran el esfuerzo físico y el sedentarismo, y ahora se propaga a las naciones en vías de desarrollo.

En Sudáfrica, alrededor del 25 por ciento de las niñas de entre 13 y 19 años padece sobrepeso u obesidad, una cifra que se aproxima a la de Estados Unidos, según el informe.

"Estas cifras son muy elevadas, especialmente las que provienen de los países en desarrollo, donde creíamos que la desnutrición era un problema", expresó Uauy. "Ahora vemos que niños desnutridos se tornan obesos tan pronto como comienzan una dieta regular y caen en la inactividad de otras naciones", como las industrializadas.

### **Tendencias sociales**

En el informe, Uauy y sus colegas identificaron tendencias sociales que contribuyen al problema y pidieron a la Organización Mundial de la Salud (OMS) que ayude a las naciones en desarrollo a crear estrategias que frenen la obesidad entre sus niños.

Entre las estrategias, está la de hacer esfuerzos para mejorar la nutrición materna y promover la lactancia, así como hacer que las escuelas enseñen a los alumnos mejores hábitos de alimentación y proporcionar información clara sobre nutrición a los consumidores.

Los cambios dietéticos, el sedentarismo y el exceso de tiempo frente a las computadoras y los televisores parecen ser los principales factores responsables del aumento de la obesidad entre los niños.

A medida que aumenta la obesidad el niño corre mayor riesgo de contraer diabetes tipo II y luego, en la adultez, puede padecer enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. También es probable que sufra un accidente cerebrovascular vinculado a complicaciones debido a la gordura.

"Una estrategia mundial significa que hay que mantener a los niños activos en las escuelas, que tienen que jugar, que hay que limitar los alimentos ricos en calorías que consumen. No podemos permitir que un niño ingiera en 15 minutos el 80 por ciento de las calorías diarias" recomendadas, agregó Uauy.

"Durante las últimas décadas, la cifra (de obesidad) se ha triplicado en algunos países. Creo que nunca es tarde, ya es hora de que tomemos este problema con seriedad y comencemos a hacer algo al respecto", concluyó.

**Andrea Neiman**, MPH

WHO Collaborating Center for Physical Activity and Health Promotion

Division of Nutrition and Physical Activity

Centers for Disease Control and Prevention

Mailstop K- 46

4770 Buford Highway NE

Atlanta, GA 30341

tel: (770) 488-6051

fax: (770) 488-5473

[aneiman@cdc.gov](mailto:aneiman@cdc.gov)

<http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/>

Fed X/ Express Mail

Koger Office Park

Rhodes Building, Room 5158

3005 Chamblee-Tucker

Rd.

Atlanta, GA 30341-4133

**Move For Health!** World Physical Activity Day, 2004 Agita Mundo!

*Promoting Physical Activity to Enhance Health and Quality of Life.*