

Obesidad infantil

Paola Cubas^{1*}

¹Oficina de Comercialización de Tecnología, Dirección de Innovación y Transferencia de Conocimiento, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. *paola.cubas@correo.buap.mx

La obesidad infantil en México se ha convertido en un problema alarmante; datos de la OMS nos coloca en el primer lugar en obesidad infantil y el segundo en obesidad adulta.

Según datos de la Encuesta Nacional de Nutrición, en 2012 la prevalencia combinada entre niñas y niños en educación primaria (5 a 11 años) fue de 34.4 por ciento, y entre adolescentes de 12 a 19 años de edad era de 35 por ciento, o 6.3 millones. En este sentido, la prevalencia nacional de sobrepeso y obesidad en menores de cinco años indica que los estados del Norte tienen 12 por ciento de los casos, seguidos por la zona Centro con 9.9 por ciento, zona Sur con 9.6 por ciento y la Ciudad de México con un 6.9 por ciento de los casos.

A pesar del esfuerzo por parte del gobierno en 2014 con el encarecimiento de bebidas azucaradas, así como el implementar actividad física obligatoria en escuelas y quitar la comida chatarra, el problema sigue en aumento año con año.

De acuerdo a una encuesta realizada por El Gabinete de Comunicación Estratégica en 800 hogares acerca de la situación que rodea el tema de obesidad infantil, el 61% concordó que los principales responsables son la familia, seguido con un 45% es el Gobierno, 17% son las marcas, y 3% son las escuelas, restaurantes de comida rápida y medios de comunicación.

Los factores familiares que la provocan son la falta de una dieta balanceada (37.4%), desidia y flojera (27.6%), la falta de recursos económicos (14.4%), y la falta de tiempo para cocinar (13.1%).

Como se mencionó anteriormente, el Gobierno y Secretaría de Salud han tomado medidas para prevenir y disminuir los casos con obesidad y sobrepeso; sin embargo, el principal entorno en el que los niños se encuentran son los hogares y los responsables son los padres de familia.

En la actualidad, la vida acelerada ha hecho que las marcas nos proporcionen soluciones fáciles, económicas y al alcance de uno, como lo son los alimentos precocinados; así es como se ofrece una “solución” a nuestra “necesidad”.

En las escuelas, la comida chatarra y las bebidas azucaradas son el refrigerio, y la actividad física no resulta tan atractiva si se tiene al alcance la tecnología.

Los niños con problemas de obesidad y sobrepeso tienden a desarrollar enfermedades tales como diabetes, hígado graso, apnea del sueño, cardiopatías, asma, y ciertos tipos de cáncer.

