



## JUSTA MEDIANÍA



## LA VERDADERA PANDEMIA

POR DAVID E. LEÓN ROMERO

La Comisión de Educación de la Cámara de Diputados aprobó por unanimidad un dictamen que contiene diversas iniciativas que reforman y adicionan disposiciones a la Ley General de Educación, buscando incrementar la salud alimentaria de los niños desde las escuelas, en el intento por garantizar una alimentación saludable, a través de la regulación y prohibición de la publicidad y venta de ciertos productos que los pudieran poner en riesgo.

Diversos actores, entre los cuales destacan organizaciones civiles, reconocieron el trabajo de los legisladores.

La vida de los niños se ve determinada de manera importante por las rutinas que día con día se replican en los planteles escolares. Los primeros años resultan determinantes en su desarrollo. Los malos hábitos han provocado obesidad. Ésta se define como una enfermedad crónica caracterizada por el exceso de grasa en el cuerpo y un sobrepeso por arriba del 20 por ciento de su peso ideal.

México se ubica como el primer lugar a nivel mundial en obesidad infantil, resultado de los hábitos de nuestros niños, caracterizados por una dieta alta en calorías y una vida sedentaria donde los grandes ausentes son el deporte y la actividad física.

Las estadísticas definen el problema. El 26 por ciento de los niños menores de 9 años sufre obesidad. El 44 por ciento de los niños menores de 2 años no consume frutas ni verduras; el 59 por ciento no consume proteínas de calidad, como la carne, el pescado, el huevo y la leche.

La obesidad esconde intolerancia a ciertas sustancias, presión y colesterol altos, problemas respiratorios, padecimientos hepáticos y diabetes, esto a nivel físico. A nivel mental, esconde ansiedad, depresión, *bullying* y baja autoestima.

Nuestra verdadera pandemia es la obesidad y requiere de una cruzada nacional en su contra. Resulta urgente incentivar la actividad física de los niños y prohibir la ingesta excesiva de alimentos y bebidas azucaradas y altamente procesadas. Los kilos de peso de más que rodean el vientre de nuestros niños son responsabilidad de padres y maestros, que hemos fallado en la atención y seguimiento de su comportamiento. El nuevo etiquetado ha sido un paso en sentido correcto, pero se ha quedado corto frente a la magnitud del problema que se enfrenta.

En contraste, 1 de cada 8 menores de 5 años padece desnutrición crónica, problemática que mayormente se presenta en los estados del sur de nuestro país y de manera más frecuente en las comunidades rurales e indígenas.

Debemos fortalecer las tareas para mejorar la salud de nuestros niños. Gran número de planteles educativos no cumple con las disposiciones legales en contra de la venta de alimentos chatarra (galletas, pastelitos, dulces, frituras y bebidas azucaradas). Mientras la ingesta calórica de nuestros niños sea excesiva y de mala calidad, en contraste con su casi nula actividad física, el problema que tanto nos duele prevalecerá.

Conforme el tiempo pase y nuestros niños continúen sufriendo de sobrepeso y obesidad, más complejo será que se transformen en adultos saludables. Es urgente que libremos una batalla decidida frente a la verdadera pandemia, la obesidad infantil; cuanto antes, mejor.

Twitter: @DavidLeonRomero