



MÉXICO

razon.com.mx



Foto: Cuartaviento

EL DATO

DE ACUERDO con la Secretaría de Salud, la razón por la cual los niños presentan sobrepeso u obesidad, es debido a la falta de activación física así como a una dieta poco equilibrada.

Más del 50% de los niños consume botanas y dulces

México, primer lugar en obesidad infantil

• Por Claudia Arellano
mexico@razon.com.mx

México ocupa el primer lugar mundial en obesidad infantil. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), uno de cada 20 niñas y niños menores de cinco años y uno de cada tres entre seis y 19 años padece sobrepeso u obesidad.

Al respecto, Elizabeth Pérez Cruz, jefa del Servicio de Nutrición del Hospital Juárez de México, dijo que, más allá de un tema genético, es un tema de "nutrición exprés", dada la calidad de vida que hoy en día se tiene en México.

La doctora indicó que el 44 por ciento de los niños de seis a 23 meses de edad no consume frutas ni verduras y el 59 por ciento no consume huevos, leche, pescado ni carne y únicamente dos de cada 10 niños a nivel escolar (de cinco a 11 años) consume verduras y leguminosas.

"La obesidad principalmente se relaciona con un aspecto genético, pero actualmente el estilo de vida ha tomado un papel importante, pues la ingesta de alimentos de alta densidad calórica, bebidas azucaradas y la falta de activación física recae directamente en estas enfermedades, además de la elevada disponibilidad de comida chatarra, alimentos procesados y con azúcares adicionales en las escuelas del país", dijo.

Encuestas levantadas por *Save the Chil-*

SEGÚN LA OMS uno de cada 20 menores de 5 años padece sobrepeso y 44% no consume frutas ni verduras; expertos señalan que más allá de un tema genético es de "nutrición exprés"

dren indican que el 92 por ciento de niñas y niños entre cinco y 11 años consume bebidas azucaradas y más del 50 por ciento consume botanas, dulces y cereales procesados, lo que ha implicado en México un problema de malnutrición y esto ha dado pie al desarrollo de enfermedades como el cáncer o diabetes tipo 2 en menores de edad, principalmente en el rango de entre ocho y 13 años.

"Los niños presentaron mayor sedentarismo durante la pandemia, pero previo a la pandemia este problema ya estaba registrado en México. Debido a que los padres trabajan más horas al día, al hospital llegan casos de familias preocupadas porque el niño está con un sobrepeso ya en grado de obesidad; enseguida nos fijamos en la familia y los hábitos alimenticios no varían mucho. Evidentemente, si mamá o papá consumen ciertos alimentos, los niños tendrán sobrepeso", dijo Pérez Cruz.

La especialista indicó que, si un niño en edad preescolar tiene sobrepeso u obesidad, tiene dos veces más el riesgo de ser un adulto obeso, mientras que,

si este peso prevalece en la adolescencia, el riesgo aumenta hasta tres veces.

Además, con el riesgo de adquirir una enfermedad crónico-degenerativa como la diabetes mellitus, que es cada vez más persistente en la población entre los 25 y 30 años. En el contexto de la conmemoración del Día Mundial de la Obesidad, que se llevó a cabo el 4 de marzo, profesionales de salud, de la academia y organizaciones de la sociedad civil firmaron la Alianza para la Prevención y el Control de Enfermedades Crónicas, la cual suma esfuerzos de los sectores involucrados para implementar acciones desde una perspectiva multidisciplinaria.

Sin embargo, para la jefa del Servicio de Nutrición del Hospital Juárez de México, si bien las políticas cumplen, no son suficientes, pues el problema se origina desde las familias, quienes han expuesto a las infancias a múltiples factores y eso sin contar, indica, con que, en la edad escolar, los padres pueden colocar un "desayuno saludable", los menores tienden a intercambiarlo por "algo que no es tan saludable".

EL TIP

A NIVEL GLOBAL se estima que 800 millones de personas viven con obesidad; mientras que, en México, la Encuesta Nacional de Salud muestra que son 50 millones de mexicanos.