



Un escolar participa en un estudio sobre obesidad.  
ANTONIO AMORÓS

**Más pobres, más vulnerables.** La obesidad infantil no afecta a todos los menores por igual. Los escolares de familias con pocos recursos tienen peores hábitos alimentarios y presentan un mayor riesgo de sufrir sobrepeso. No solo es importante comer, hay que comer bien.

## La obesidad infantil afecta el doble a las rentas bajas

► El 23% de niños de familias con pocos ingresos presenta exceso de peso y los nutricionistas subrayan que la falta de recursos empuja a menudo al consumo de alimentos de baja calidad

**M. A. RIVES**

La obesidad infantil no afecta a todos los niños por igual. Los escolares de familias con rentas más bajas la sufren en un 23,2% y son el colectivo más vulnerable a la exposición de peores hábitos alimentarios. En cambio, el porcentaje de prevalencia de exceso de peso en hogares con mayores recursos es del 11,9%, es decir, la mitad. Así se constata en el Estudio Aladino 2019 sobre Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España elaborado por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición y presentado por el Ministerio de Consumo, que subraya que no es solo un problema de salud, sino también socioeconómico.

«Aladino» es un estudio descriptivo transversal realizado a partir de cuestionarios y medidas antropométricas en una muestra aleatoria entre 16.665 escolares de entre 6 y 9 años de todas las comunidades autónomas, incluida la Comunidad Valenciana. Del informe se desprende que cuatro de cada diez niños padecen un exceso de acumulación de grasa, un problema que se acentúa en relación a la clase social de los hogares. Así, entre las familias

con ingresos menores a 18.000 euros brutos anuales se ha registrado una tasa de obesidad infantil del 23,2% y del 24,1% en el caso del sobrepeso. Las cifras caen entre los niños de núcleos familiares con rentas superiores a los 30.000 euros brutos anuales, en concreto hasta el 11,9% y 21,8%, respectivamente.

Pobreza y obesidad infantil van de la mano y eso es algo que no sorprende a la presidenta del Colegio Oficial de Dietistas y Nutricionistas de la Comunitat Valenciana, Paula Crespo, que destaca que la falta de recursos económicos empuja a menu-

El Ministerio de Consumo destaca que el exceso de acumulación de grasa no es solo un problema de salud, sino también socioeconómico

do a las familias a consumir alimentos de muy baja calidad nutricional. «Comer bien no debería ser un lujo. El derecho a la alimentación, que no está reconocido como un derecho fundamental, debería desarrollarse con ayudas específicas. Muchas veces la ayuda alimentaria que reciben las familias a través de organizaciones incluye demasiados productos ultraprocesados e ingredientes de baja calidad porque son más económicos y menos perecederos. Hay que cambiar el concepto de que lo más importante es que coman y analizar también qué es lo que reciben para comer», considera Crespo.

La colegiada reconoce que cuando la vida se tuerce y los miembros de una unidad familiar se ven obligados a subsistir con rentas sociales que a veces no llegan ni a los 500 euros, es difícil que salgan las cuentas para sostener una vivienda y preocuparse en exceso por lo que se ingiere. «Probablemente en algunos casos si tienen poco para comprar no están pensando en si un alimento es bueno o no, sino que si se va a comer poco, al menos que les guste», reflexiona. En ese contexto de necesidad, que se extiende ahora con

« Hay que cambiar el concepto de que lo más importante es que las familias sin recursos coman y analizar también qué comen»

« Muchas veces reciben alimentos de escaso valor nutricional. Comer bien no debería ser un lujo»

**PAULA CRESPO**  
PRESIDENTA DEL COLEGIO OFICIAL DE NUTRICIONISTAS

la destrucción de empleo y el bloqueo económico por la crisis del covid, no cree que se pueda culpar a personas tan vulnerables de descuidar la alimentación, aunque sí opina que se deberían modificar ciertas políticas para contribuir a que las ayudas económicas directas que se reciban para comprar comida se destinen a productos saludables. No se trata solo de poner límites a lo que se puede o no incluir en la cesta de la compra, sino sobre todo de fomentar la concienciación en materia nutricional. Esa es, precisamente, la raíz del problema que cree que habría que abordar para contribuir a frenar las tasas de obesidad: la falta de educación nutricional a todos los niveles y el escaso interés de la Administración por implementar planes transversales y desarrollar acciones reales que contribuyan a combatir el exceso de peso y los problemas de salud que se pueden derivar.

### Prevención sanitaria

«Ahora mismo la persona que quiera aprender a comer correctamente se tiene que pagar el servicio acudiendo a un nutricionista. Es paradójico reivindicar el problema de la obesidad y los malos hábitos que influyen y a la vez convertir el acceso a un profesional de la alimentación en un lujo al margen de las políticas de la Conselleria de Sanidad o de Educación», expresa Crespo. Para empezar, reivindica que los dietistas-nutricionistas puedan trabajar en equipos multidisciplinares en Atención Primaria, con lo que se conseguiría mejorar las políticas de prevención sanitaria y «actuar como muro de contención para frenar todos los problemas que se desencadenan con la obesidad».

El Colegio Oficial de Dietistas y Nutricionistas aboga también por corregir los desequilibrios nutricionales en los comedores escolares y vigilar de forma real lo que se sirve en los menús. «Muchas veces no se cuida la calidad nutricional. Se sirven sucedáneos de carne como nuggets de pollo y salchichas o carne picada en forma de albóndiga y hamburguesas, además de pescados precocinados o empanados». A ese respecto, reclama que las recomendaciones incluidas en la Guía de Comedores Escolares, elaborada por la Conselleria de Educación junto a la de Sanidad, sean de obligado cumplimiento y que se hagan inspecciones in situ para comprobar que se aplican. «Se deben identificar los problemas que llevan a la obesidad, incluido el sedentarismo, y articular planes globales que permitan combatirlo de forma real», concluye Crespo.