

Día Mundial de la Obesidad. 4 de marzo.

2 de cada 5 menores con problemas de sobrepeso y obesidad viven en hogares con escasos recursos

- El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana constata que el 40% de las familias con menores con problemas de malnutrición por exceso tienen rentas inferiores a 12.000 euros anuales
- El aumento del precio de los alimentos, la falta de Educación Alimentaria para realizar elecciones saludables, las dificultades para acceder a una actividad física gratuita y la ausencia de dietistas-nutricionistas en los circuitos sanitarios públicos condicionan el estado de salud de estos niños y niñas

València, 3 de marzo de 2023- La economía ya golpea nuestra salud: dos de cada cinco menores con exceso de peso (un índice de masa corporal superior a 25, en el caso del sobrepeso, y a 30 en el caso de la obesidad) reside en hogares con rentas inferiores a los 12.000 euros anuales. Así lo constatan los datos del Proyecto ENPIV (Evaluación Nutricional de la Población Infantil en Valencia) desarrollado por el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) donde, además de analizar medidas (peso y talla) y datos antropométricos de los menores participantes, han entrevistado a sus familias sobre hábitos de vida, consumo y alimentación, actividad profesional de los progenitores o nivel de ingresos y estudios, entre otras preguntas. “Ya hablábamos de *pobresidad* cuando intuíamos que esto podía estar pasando. Ahora ya lo sabemos con las cifras en la mano: 4 de cada 10 hogares en los que hay niños y niñas con sobrepeso y obesidad reconocen tener problemas para llegar a fin de mes”, apunta Luis Cabañas, presidente del colectivo de nutricionistas de la Comunitat Valenciana. Familias cuyas rentas anuales son inferiores a los 12.000 euros y que manifiestan, en algunos casos, que “algún miembro de la familia no ha podido comer alimentos saludables y nutritivos porque no tenían dinero”, puntualiza, en alusión a una de las preguntas de la encuesta que han realizado para conocer los condicionantes sociales y económicos que están detrás del sobrepeso y la obesidad y poder actuar sobre ella.

Con motivo del Día Mundial de la Obesidad que se celebra cada 4 de marzo, desde el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas se preguntan: ¿qué está ocurriendo con el consumo de fruta y verdura? ¿Y con la bollería industrial? Pues la mitad de esto niños y niñas con exceso de peso no toma verdura ni una vez al día y el 35% tampoco ingiere

fruta a diario. La bollería industrial, por el contrario, es la reina del desayuno: 4 de cada 5 la consume los siete días de la semana antes de salir de casa.

La Educación Alimentaria es una de las carencias más destacadas apuntan desde el CODiNuCoVa. “Nos hemos encontrado con muchas familias que no saben alimentar correctamente a sus hijos. Esto, unido a que el acceso a productos frescos es cada vez más complicado por el alza de precios y la inflación hace que entremos en una espiral muy peligrosa. No podemos resignarnos a que comer bien sea un lujo de quien más gana ni convertir la salud nutricional en algo exclusivo de las élites. La alimentación saludable debería ser un derecho”, argumenta Luis Cabañas, presidente del CODiNuCoVa. “En estos momentos, y con los datos preliminares del Estudio ENPIV en la mano, podemos afirmar que, a menor capacidad económica, peor alimentación y peor salud”, afirma.

Sedentarismo, el otro gigante al que vencer

No es nada nuevo que una correcta alimentación y una actividad física continuada han de ir de la mano como hábitos saludables. Por ello, tampoco ha llamado la atención a los nutricionistas que la falta de una alimentación sana en estos menores vaya acompañada de un mayor sedentarismo. Ruth García, responsable de Proyectos del CODiNuCoVa lo explica: “ninguno de los menores que vive en estas familias con rentas inferiores a los 12.000 euros anuales practica deporte. De ningún tipo. Hay que facilitar a estas familias que sus hijos e hijas realicen una actividad física que no les suponga un desembolso económico. No podemos quedarnos en la hora y media semanal de clase de Educación Física del colegio porque, a todas luces, es insuficiente”. Otro de los datos extraídos de ENPIV es que el 25% de estos niños y niñas pasa alrededor de ocho horas delante de televisión o de las pantallas en fin de semana.

Desde el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana apuntan a la ausencia de profesionales de la Nutrición en la red sanitaria pública como otro de los condicionantes. “Debemos garantizar una atención nutricional gratuita, universal y accesible para toda la población y eso pasa por integrar a los dietistas-nutricionistas en los equipos de Atención Primaria”, indica Luis Cabañas. En esta autonomía está prevista la incorporación gradual de 100 nutricionistas en centros de salud para trabajar desde la asistencia y la nutrición comunitaria, reducir estas cifras de sobrepeso y obesidad, promover una mejor salud, prevenir patologías relacionadas con la alimentación y abordar aquellas enfermedades crónicas donde la comida sea parte del tratamiento. “Esperamos que se convoquen pronto estas plazas para comenzar a trabajar cuanto antes”, concluye Luis Cabañas.

Sobre CODiNuCoVa

El CODiNuCoVa es el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana. Constituido en 2009, es el segundo más grande de toda España dedicado a la profesión, con más de 1.000 dietistas-nutricionistas colegiados.

Los y las dietistas-nutricionistas son expertas en alimentación, profesionales de la salud dedicadas a ámbitos tan diversos como la investigación, la docencia, la atención clínica, la salud pública, la nutrición comunitaria, la seguridad alimentaria, la restauración colectiva y social o la educación alimentaria, entre otros. Desde el CODiNuCoVa se trabaja para poner en valor la relevancia de la nutrición en nuestras vidas, promover una correcta salud alimentaria entre la sociedad e integrar la actividad de los dietistas-nutricionistas en la estructura sanitaria y social para lograr una mejor calidad de vida y el bienestar de todos los ciudadanos. Más información en www.codinucova.es