

- X Jornada CODiNuCoVa “Alimentando Sistemas: Objetivos para una Nutrición S”

## Nutricionistas valencianos realizan el primer estudio que analiza el exceso de masa grasa en menores para frenar la obesidad infantil

- El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) presenta, en el marco de su X Jornada, los resultados preliminares del Estudio ENPIV, en el que han participado hasta la fecha más de 400 niños y niñas de 5 a 14 años, y que cruza datos antropométricos con aspectos sociales y económicos de las familias
- El resultado más llamativo es que el 80% de los menores presentan un exceso de masa grasa, un índice que no se mide en otros estudios que analizan el sobrepeso y la obesidad y que muestra más fidedignamente la composición corporal y por tanto y el estado de salud en términos de nutrición
- Los nutricionistas han puesto el acento en los hábitos de alimentación de los menores, dado que más de la mitad no consume fruta a diario, y en la actividad física: un 40% de los menores encuestados no realizan ningún tipo de actividad física fuera del ámbito escolar
- El estudio se ha presentado en la mesa redonda “Nutrición Saludable: Alimentando el Sistema de Atención Primaria” donde se ha puesto de manifiesto la necesidad de incluir a dietistas-nutricionistas en los centros de salud para prevenir la malnutrición por exceso, pero también para abordar y tratar aquellas enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación, como la diabetes, la hipertensión, problemas renales, osteoarticulares y cardiovasculares o patologías digestivas

**València, 19 de noviembre de 2022-** España es el cuarto país de la Unión Europea con mayor tasa de prevalencia de exceso de peso en niños de 7 a 9 años, detrás de Chipre, Italia y Grecia, con un 38,5% y un 39,3% de niños y niñas españolas, respectivamente, por encima del peso recomendado, tal y como daba a conocer hace unas semanas la OMS en su estudio COSI (*Childhood Obesity Surveillance Initiative*). Sin embargo, este estudio, como otros de los realizados a nivel nacional y europeo, no abordan el exceso de peso desde la composición corporal sino desde el IMC (Índice de Masa Corporal), una fórmula cuyas variables únicamente son el peso y talla, y que se aproxima, pero no afina, respecto al estado de salud a nivel nutricional.

Para cubrir esas lagunas en el análisis de la obesidad infantil y poder conocer sus causas, el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) está realizando el estudio ENPIV, el primer estudio que analiza la composición corporal en su conjunto a través de una serie de pruebas antropométricas (mediciones, pliegues, dinamometría y bioimpedancia) que permiten conocer el porcentaje de los distintos elementos de que está compuesto nuestro cuerpo.

Ruth García, responsable de Proyectos del CODiNuCoVa, ha explicado, en el marco de la X Jornada de la corporación colegial que se celebra los días 18 y 19 de noviembre en València, que un 80% de los niños y niñas participantes en el Estudio ENPIV tienen alrededor del 30% de exceso de masa grasa. “Nuestro organismo está compuesto principalmente por agua pero debemos diferenciar entre masa grasa y masa muscular. Desde las consultas de Nutrición, pero también desde las administraciones públicas, las instituciones sanitarias, la comunidad universitaria y docente y el ámbito divulgativo, debemos trabajar para cambiar el concepto de que el peso es la referencia. Nos encontramos con escolares que se encuentran en un peso normal pero su composición corporal revela un exceso de masa grasa. Y esto es muy preocupante. Es reflejo de que no se están alimentando de una manera correcta lo que puede provocar el desarrollo temprano de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación”, explica la nutricionista. De hecho, desde el CODiNuCoVa se ha alertado en repetidas ocasiones que el 70% de niños y niñas con un exceso de tan elevado de masa grasa – obesidad- la continuará padeciendo a la edad adulta. serán adultos obesos.

De hecho, entre 2002 y 2012, la edad media de debutaje de la diabetes tipo II se había reducido en 20 años: de los 66, a los 46 años de media. “Este exceso de masa grasa si no se ataja a tiempo puede provocar en mayor medida el desarrollo de determinadas enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación, como es el caso de la diabetes, la hipertensión, problemas renales y osteoarticulares, cardiovasculares o patologías digestivas.

### **Un estilo de vida y alimentación muy mejorable**

Desde el Colegio de Nutricionistas han querido llamar la atención sobre otras de las primeras conclusiones que arroja el estudio ENPIV y que ponen en evidencia, una vez más, que el estilo de vida y alimentación de los niños y niñas es muy mejorable. “En España solo el 37% de los escolares toma fruta diariamente y tan solo el 13% toma verdura todos los días. En el caso de Valencia nos estamos encontrando con que solo 1 de cada 3 toma más de 1 pieza de fruta al día cuando la recomendación es, mínimo, tres”, explica Ruth García. Además, el 25% de los menores toma dulces o golosinas varias veces al día y el 41% desayuna bollería industrial todos los días, según las encuestas realizadas a las familias.

Unas “pautas” de alimentación muy mejorables que se deberían completar con actividad física ya que, según los últimos datos de ENPIV, el 48% de los niños y niñas participantes en el estudio no practica ningún tipo de deporte fuera del horario escolar. “Estamos confirmando lo que ya suponíamos: el nivel económico y cultural es un condicionante. Muchas familias no pueden permitirse pagar una actividad deportiva extraescolar o ni siquiera estar con ellos al aire libre practicando un deporte, por lo que estos niños y niñas no realizan la actividad física que requiere su edad y llevan una vida totalmente sedentaria”, explican desde el CODiNuCoVa.

Es por ello que desde el colectivo de dietistas-nutricionistas insisten en integrar a estos profesionales sanitarios en la red pública, a través de los centros de Atención Primaria, para prevenir problemas de salud y en la atención hospitalaria para tratar enfermedades relacionadas con la alimentación y reducir la malnutrición hospitalaria. El ejemplo de Cataluña, que acaba de incorporar a 152 nutricionistas en la Atención Primaria, se ha presentado durante el evento, con la charla inaugural de Gemma Salvador, de la Agencia de Salud Pública de Cataluña, y el de Sandra Carreres, dietista-nutricionista valenciana que ha conseguido una de las primeras plazas públicas en esta autonomía.

La Jornada, que ha resultado beneficiaria de la subvención de Valencia Activa, continúa hoy sábado con una mesa redonda sobre Salud Pública, que contará con la intervención de la secretaria autonómica de Salud Pública, Ofelia Gimeno, quien explicará los detalles del Decreto de Alimentación Saludable y Sostenible en centros de titularidad pública que se ha desarrollado desde su departamento, y seguirá con una mesa sobre innovación en alimentación, donde se presentarán iniciativas en materia de reducción del desperdicio alimentario, sostenibilidad alimentaria y alternativas tecnológicas de consumo responsable.

#### ***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](http://www.codinucova.es)