

# Los niños de hoy vivirán menos que sus padres por enfermedades asociadas a la obesidad

*Heraldo.es, Miércoles, 27 de Febrero de 2008*

Los niños actuales podrían tener una esperanza de vida menor que la de sus padres por la incidencia de enfermedades degenerativas asociadas al sobrepeso y la obesidad, que siguen una tendencia creciente en muchos países, entre ellos España, donde ya afecta al 15 por ciento de la población. La advertencia se incluye en el estudio de la Fundación La Caixa "Alimentación, consumo y salud" y es compartida con la lanzada por los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC) de EEUU, país en el que las cifras de obesidad son entre dos y tres veces superiores a las de España. El planteamiento recuerda que la obesidad induce a enfermedades prematuras que acortan la vida. "Hasta hace poco no había adolescentes con colesterol alto o hipertensión arterial", advirtió el doctor Javier Aranceta, médico especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública y coautor del estudio. "Una persona joven, que treinta años antes de lo previsto está desarrollando factores de riesgo, indica que tendrá una mortalidad prematura y una esperanza de vida sin enfermedad más corta", subrayó.

Cuatro de cada diez niños que son hoy obesos lo serán también de adultos. Además quiso destacar que el impacto más negativo se producirá en grupos sociales desfavorecidos. "En los colegios de alto standing no hay niños obesos, pero en otros contextos sí", denunció. El doctor Aranceta matizó que, en el caso de España, con un 15 por ciento de prevalencia de la obesidad, se trata más de una "alerta intelectual" que el caso real de Estados Unidos, pero destacó que "si seguimos por este camino nos acercaremos también a este suceso evitable". Por ello consideró "ahora es el momento de actuar y la mejor respuesta es la prevención".

La mayor incidencia de la obesidad en la población infantil se encuentra en la franja de 6 a 15 años de edad y es un problema que afecta más a los varones, a niños de entornos desfavorecidos, con más prevalencia en el sur y el este de España y muy relacionado con el nivel de instrucción de la madre. Junto a cierta susceptibilidad genética también influyen elementos modificables del entorno, empezando por el propio seno materno. La experiencia muestra que en los niños que pesaron menos de 3.5 kg al nacer y fueron amamantados en los tres primeros meses la incidencia de la obesidad es menor.

## **Ritmo de vida**

Las altas cifras de obesidad y sobrepeso derivan de unos hábitos alimenticios inadecuados, en muchas ocasiones derivados de los estilos de vida, según advierte el estudio. "El ritmo de vida no es fácilmente acoplable a las rutinas alimentarias", explicó Cecilia Díaz, profesora de Sociología del Consumo de la Universidad de Oviedo. Así, pese a que un 64 por ciento de los españoles asegura que planifica sus comidas, aún hay un 33 por ciento de ellos que no lo hace "por tener gustos diferentes y trabajar fuera".

El 70 por ciento comparte la idea de que "ahora las comidas son más informales y uno come lo que se quiere y cuando quiere". Díaz apuntó a algunos signos de desestructuración como un desayuno sin fruta, la pérdida de la importancia de la comida

de mediodía; y una cena considerada secundaria, rápida e informal. El 31 por ciento de los españoles hace una lista de la compra cuando va al supermercado, pero es tendiente la tendencia hacia un consumo más hedonista que aleja al consumidor de los patrones saludables de la alimentación.

El estudio identifica dos paradojas: pese a que hay más información que nunca sobre los alimentos los consumidores están más confusos; y la preocupación sobre seguridad alimentaria ha crecido pese a que hay más seguridad. "Hay un desconocimiento creciente de lo que comemos porque existe una falta de transparencia en la cadena agroalimentaria", concluyó Díaz.