

*Los expertos hablan de una pandemia de obesidad infanto-juvenil, de carácter explosiva, agravada por las restricciones antiCOVID-19 y mantenida en el tiempo*

## **Obesidad infantil, el tsunami que viene... y que la pandemia de coronavirus ha agigantado**

- **La pandemia de COVID-19, y medidas como el confinamiento domiciliario, han agravado el problema de la obesidad infantil en nuestro país**
- **Tras un periodo de estabilización de las cifras de sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes (en el 2019), ahora se advierte una tendencia acelerada de aumento de casos**
- **En el estudio ALADINO, de 2019, la prevalencia de sobrepeso era del 23,3% y la prevalencia de obesidad del 17,3% en la población infantil española de 6 a 9 años**
- **El aumento de la prevalencia de obesidad en los adolescentes aumenta un 80% el riesgo de tener también obesidad en la etapa adulta**

**Málaga, 18 de noviembre.-** “En el momento actual vivimos una **pandemia de obesidad infanto-juvenil**, que la crisis sanitaria provocada por el coronavirus ha agravado de forma muy significativa”, asegura el **Dr. Gilberto Pérez López**, del Hospital General Universitario Gregorio Marañón (Madrid), que participa en el **XVII Congreso de la Sociedad Española de Obesidad (SEEDO)**, que se está celebrando en Málaga.

Antes de la pandemia, y a pesar de que las cifras seguían siendo preocupantes respecto a la prevalencia de la obesidad infantil, estudios como el ALADINO 2019 indicaban cierta estabilización de las cifras. Pero, a juicio del coordinador del grupo de trabajo de obesidad infantil y en la adolescencia de la SEEDO, “*todo ha cambiado tras el confinamiento y empeorado en el último año*”, según el Dr. Gilberto Pérez, “*la percepción en consultas es clara: **observamos un empeoramiento de la ganancia ponderal de niños y adolescentes, así como un aumento de los casos de obesidad grave***”.

### **De mal en peor**

El estudio ALADINO 2019 mostraba que la prevalencia de sobrepeso es del 23,3% y la prevalencia de obesidad del 17,3 % en la población infantil española de 6 a 9 años, según los estándares de situación ponderal de la OMS. Dentro de la obesidad, un 4,2% de los escolares estudiados presentaban obesidad grave.

Estos datos, que ya eran malos (a pesar del cierto estancamiento de las cifras apreciado antes de la pandemia), se tornan ahora aún más preocupante. Un estudio reciente de la plataforma de seguridad y bienestar digital para familia ‘**Qustodio**’ deja hallazgos para la reflexión, y confirma las **causas del repunte en las tasas de obesidad infantil y en la adolescencia**: mayor tiempo de uso de pantallas (ordenador, móvil, tablet), menor tiempo de actividad física (30% de los niños pasan menos de 1h diaria al aire libre),



lo que se traduce en que el 72% aproximadamente realiza menos actividad física que antes de la pandemia. Y, como añade el experto de SEEDO, **“los hábitos de consumo también han cambiado, favoreciendo el ambiente obesógeno”**.

### **Perfil de los ‘nuevos’ pacientes...y soluciones**

**El ‘tsunami’ de la obesidad afecta con especial crudeza a los adolescentes, con importantes complicaciones de salud para el futuro. “Se estima que *el aumento de la prevalencia de obesidad en este tramo de edad (12-18 años) aumenta el riesgo de obesidad en la etapa adulta un 80%*”, según el Dr. Gilberto Pérez.**

Básicamente, son **4 los rasgos característicos que muestra este fenómeno**: 1) es **explosivo**, por la aceleración de la ganancia de peso durante la pandemia; 2) se ha **agravado** tras las medidas restrictivas durante y después del confinamiento; 3) se ha **mantenido en el tiempo**, debido a factores socio-económicos que afectan a las familias; 4) todo esto ha servido de catalizador en el **empeoramiento del problema** de base que ya suponía la obesidad infantil y juvenil en nuestro medio.

Ante este desolador panorama, hay margen para la esperanza y el optimismo. **“La clave está en controlar los factores multidimensionales que influyen en el desarrollo de la obesidad en la infancia y adolescencia”**, señala Gilberto Pérez, quien subraya especialmente **“la importancia de que la familia esté concienciada y comprometida con un cambio real para obtener resultados”**. Los factores individuales son responsabilidad del niño y su familia (dieta, actividad física, horas de sueño y tiempo en pantalla, ejemplo de los padres...), “mientras que algunos otros factores relevantes dependen de los organismos públicos y de las políticas que implementan”, apostilla este experto..

**Para más información**

SEEDO. Paco Romero: [pacoromeroperiodista@gmail.com](mailto:pacoromeroperiodista@gmail.com). Telf. 639.64.55.70