

Obesidad infantil, un problema de salud con responsabilidad colectiva

Childhood obesity, a health problem with collective responsibility

Tania Arauco-Lozada^{1,a}

¹ Universidad de Ciencias y Humanidades. Lima, Perú.

^a Nutricionista, Magister en Nutrición y Metabolismo, Magister en Salud Pública.

Información del artículo

Citar como: Arauco-Lozada T. Obesidad Infantil, un problema de salud con responsabilidad colectiva. *Health Care & Global Health*.2022;6(2):58-59.

DOI: 10.22258/hgh.2022.62.137

Autor corresponsal

Tania Arauco-Lozada
tarauco@uch.edu.pe
Av. Universitaria 5175, Los Olivos
15304. Lima, Perú.
Teléfono: +51 944248688

Historial del artículo

Recibido: 14/12/2022
Aprobado: 15/12/2022
En línea: 20/12/2022

Financiamiento

Autofinanciado

Conflictos de interés

Declara no tener conflictos de interés.

A nivel mundial, en las últimas décadas, se ha originado un aumento significativo de la obesidad infantil y la Organización Mundial de la Salud (OMS) considera que este aumento, tanto del sobrepeso como de obesidad infantil, es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI⁽¹⁾. El Perú no es ajeno a esta problemática, pues viene sufriendo cambios sociales y económicos que están transformando el perfil nutricional de nuestra población. Estos cambios conllevan a una transición nutricional, la cual se caracteriza por la modificación de una dieta tradicional hacia una moderna, con un incremento en la ingesta de azúcares, grasas y alimentos ultra-procesados; además de la modificación en el patrón de la actividad física, disminuyendo las actividades vigorosas e incrementando el sedentarismo⁽²⁾.

Podemos analizar los últimos reportes, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), según los resultados de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), en el 2019, publicó que el 37,8% de la población adulta tiene sobrepeso, y el 22,3% tiene algún grado de obesidad⁽³⁾. Así, en total, más del 60% de nuestra población adulta tiene exceso de peso. Asimismo, el Instituto Nacional de Salud (INS), en el Observatorio de Nutrición y el Estudio de Sobrepeso y Obesidad, presentó información sobre la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños durante 2017-2018, reportando que el 37,4% de los niños entre 5 y 9 años de edad presenta exceso de peso, en donde el sobrepeso es 21,8% y obesidad es 15,6%, reflejándose en 4 de cada 10 niños⁽⁴⁾. Si damos una mirada al pasado, en el período de 2007 a 2014, la prevalencia de obesidad en niños de 5 a 9 años aumentó de 7,7%⁽⁵⁾ a 14,8%, un aumento del 92% en tan solo 7 años. Esta creciente prevalencia de la obesidad infantil es un indicador muy preocupante de la salud futura de nuestra población, pues incrementa el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes tipo 2 e hipertensión.

Si bien es cierto que la causa fundamental del sobrepeso y la obesidad es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas, hoy en día tenemos suficiente evidencia científica para contrastar que influye una variedad de factores, como la genética, la globalización, la cultura, la educación, la situación económica familiar y el entorno político y social⁽⁶⁾.

El tratamiento de la obesidad es bastante complejo, requiere un enfoque integral y suele mantener una baja adherencia, por lo cual es necesario desarrollar programas preventivos que sean más costo-efectivos. Un reciente informe de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) indica que por cada USD \$1 invertido en la prevención de la obesidad, retornará hasta USD \$ 5,6 en beneficios económicos⁽⁷⁾. La necesidad de garantizar entornos de vida saludable en niños debe ser una prioridad. Una nutrición óptima es esencial para su salud, bienestar y el desarrollo cognitivo y social, así como para el crecimiento económico de la nación⁽⁸⁾.



En este contexto, las escuelas, junto con las familias y la comunidad, desempeñan un papel importante a la hora de llevar a cabo intervenciones en materia de salud y nutrición, proporcionando un entorno propicio que favorezca el bienestar de los niños. El modelo de Escuelas Promotoras de la Salud (EPS) es una notable iniciativa sanitaria internacional, en la cual se implementa un plan estructurado y sistemático para el desarrollo de la salud, el bienestar y el capital social de todos los estudiantes, del personal docente y trabajadores⁽⁹⁾. Hay pruebas de que la aplicación de la EPS en otros países ha tenido efectos positivos en los niños, además, revisiones sistemáticas y metaanálisis sugieren que este modelo mejora eficazmente aspectos importantes de la salud de los niños, como la reducción del índice de masa corporal, el aumento de la actividad física y la mejora de los hábitos alimentarios⁽¹⁰⁾.

En conclusión, todos tenemos la responsabilidad colectiva ante este problema. Seguir accionando como lo venimos haciendo, ya no es una opción para detener la obesidad infantil, es momento de cambiar nuestro accionar frente a este grave problema de salud pública. Por lo tanto, es necesario revisar e implementar intervenciones de alimentación saludable, con énfasis en acciones preventivas y de promoción de la salud, que formen parte de políticas públicas de salud establecidas. Si la obesidad y el sobrepeso infantil no se abordan con el debido ímpetu, se convertirán en una amenaza en la calidad de vida de las próximas generaciones y habrá un aumento del gasto público en salud en las siguientes décadas. Hoy más que nunca, debido a la pandemia de COVID-19, conocemos la importancia de tener una población infantil sana.

Referencias bibliográficas

1. World Health Organization. Population-based prevention strategies for childhood obesity: report of a WHO forum and technical meeting. WHO; Geneva, 2009.
2. Lanata C. La transición nutricional en el Perú. INEI; Lima, 2007
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2019. INEI; Lima, 2019
4. Instituto Nacional de Salud. Observatorio de Nutrición y Estudio del Sobrepeso y Obesidad. INS, Lima, 2021.
5. Tarqui-Mamani C, Sánchez-Abanto J, Alvarez-Dongo A, Espinoza-Oriundo P. Análisis de la tendencia del sobrepeso y obesidad en la población peruana. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2017; 21(2): 137-47
6. Han JC, Lawlor DA, Kimm SY. Childhood obesity. *Lancet* 2010;375:1737–48
7. Organization for Economic Co-operation and Development. *The Heavy Burden of Obesity: The Economics of Prevention.* OECD Health Policy Studies; Paris, 2019.
8. United Nations Children's Fund. *Prevention of overweight and obesity in children and adolescents: UNICEF programming guidance.* UNICEF; New York, 2019
9. *Hacer que todas las escuelas sean promotoras de la salud. Guía de aplicación.* OPS; Washington, D.C., 2022.
10. Langford, R., Bonell, C., Jones, H. et al. The World Health Organization's Health Promoting Schools framework: a Cochrane systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health.* 2015;15:130