La escuela como factor de riesgo en la obesidad infantil

Janet López Barrios
Universidad Tecnológica de Tecámac
kardi_003@hotmail.com
Jacqueline Vargas López
Universidad Tecnológica de Tecámac
jakeva@hotmail.com
Noemi Colin Azahar
Universidad Tecnológica de Tecámac
noemicolin2004@yahoo.com.mx

Eje Temático: Interrelaciones educación-sociedad. Educación y consumo.

En la actualidad la obesidad se ha convertido en un problema de salud pública a nivel mundial; de acuerdo a la Organización Mundial de la salud, existen más de 400 millones de adultos en el mundo con problemas de obesidad y esta cifra ha aumentado impresionantemente en la población infantil. México ocupa el segundo lugar en obesidad infantil a nivel mundial, uno de cada cuatro niños sufre de este problema. El presente estudio es una investigación bibliográfica del las causa que originan el sobrepeso en los niños y como contribuyen las escuelas al incremento en la obesidad infantil en México. Este trabajo aborda los principales problemas que presenta el sobrepeso a nivel de salud y económico.

Palabras clave: Obesidad Infantil, Publicidad, Medios de comunicación.

Introducción

En los últimos veinte años la obesidad infantil en México se ha triplicado, de 1999 a 2006 hubo un incremento del 39.77% en niños de 5 a 11 años. De acuerdo a la Organización mundial de la salud México ocupa el segundo lugar de obesidad infantil en el mundo, uno de cuatro niños es obeso.

El Gobierno está implementando diversos programas para disminuir estas cifras que representan un problema de salud pública. Entre las principales causas, se consideran la falta de actividad física, modificación en los patrones de alimentación en dietas ricas en carbohidratos y el exceso de publicidad infantil sobre alimentos chatarra.

Las Instituciones educativas se consideran un elemento clave para contrarrestar este problema, a través de orientación, programas de actividades físicas, y un control de ingesta de comida chatarra, se puede disminuir este problema. Pero, ¿Qué acciones realizan las escuelas para disminuir la obesidad infantil? ¿Cómo contribuye la escuela a fortalecer los malos hábitos en la alimentación?

Esta investigación pretende responder a estas preguntas y exponer los principales problemas que se presentan por la obesidad infantil.

Metodología

El tipo de estudio a realizar será exploratorio, ya que se detallará como la escuela contribuye en la obesidad infantil, para realizar este estudio se recurrirá a la investigación documental utilizando fuentes secundarias de información, se recolectarán datos a través de diversos recursos como revistas especializadas, libros, revistas electrónicas, sitios web e instituciones.

Objetivo

Identificar qué factores de las instituciones educativas contribuyen en la obesidad infantil.

Análisis de datos y discusión de resultados

En México la obesidad infantil ha sido definida considerando la relación entre el peso total y la talla, estimada mediante el índice de masa corporal (IMC = peso en kg /talla en m2). El sobrepeso infantil se establece a partir del centil 75 en las curvas de IMC y la obesidad infantil a partir del centil 85.3 (Instituto Nacional de Salud Pública, 2006)

Actualmente, alrededor del 26 por ciento, más de 4 millones, de los niños y niñas entre 5 y 11 años tienen sobrepeso u obesidad, según los últimos datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006 mientras que en 1999 la cifra era del 18.6 por ciento. Es decir el incremento en niños con sobrepeso ha crecido en un 39.7%, este es un problema que a largo plazo traerá consecuencias graves de salud y económicas.

Causas de la obesidad

Existe un sin número de factores que pueden estar involucrados en la obesidad infantil. Diversos autores coinciden en que le problema del sobrepeso es un problema genético y no el consumo calórico. Y otro grupo establece que el problema del sobrepeso está relacionado con los factores conductuales y genéticos. "Los factores genéticos y ambientales no están en conflicto, ni están aislados, ambos factores inciden en la prevalencia al sobrepeso y obesidad infantil…" (Skunkar, 2000, p.28)

Factores genéticos. Se considera que el traspaso de características biológicas de los padres al niño es un factor de predisposición para la obesidad, "la genética configura el 25 por ciento del peso corporal" (Quesada Sacristan, 2007) pero no es un factor determinante "La concentración de casos a nivel familiar ha sugerido una etiología genética, pero ello es de difícil interpretación por la dificultad de reconocer si ello obedece a una predisposición genética o continuación de una tradición familiar. Ello se reconoce entre el 40-60% en los pacientes obesos" (Arteaga, 1997)

En cerca del 30% de los niños afectos de obesidad, ambos padres también lo son y el riesgo de obesidad de un niño es 4 veces mayor si uno de sus padres es obeso y 8 veces mayor si ambos lo son (Bouchard, 1988).

Factores Conductuales. Los factores ambientales son considerados un elemento decisivo en el incremento de la obesidad mundial, los nuevos estilos de vida, los productos industrializados, el sedentarismo, pero sobre todo los hábitos alimenticios que se adquieren en el núcleo familiar. "Familias con tradición de ser grandes comedores pueden proyectar a sus miembros "patrones de alto consumo". La presión social puede inducir un alto consumo energético en individuos expuestos (vendedores, ejecutivos, representantes sociales) en donde la comida es condición esencial para su labor" (Arteaga, 1997)

La situación social, económica y cultural contribuyen al problema del sobrepeso, el exceso en el consumo se genera desde el seno familiar, los medios de comunicación son un elemento fundamental, "en promedio un niño ve la televisión tres horas y media y está expuesto a 49 comerciales de bebidas y alimentos". (Procuraduria Federal del Consumidor, 2008), Datos del National Health Examination Survey han demostrado que el número de horas que se ve la TV tiene una relación directa con riesgo de obesidad (Dietz y Gortmarker, 1985).

Sin embargo, otro factor a considerar que contribuye al problema de sobre peso infantil son las Instituciones Educativas, en donde el niño está expuesto a una gran variedad de productos poco saludables y no cuenta con la supervisión de sus padres para limitar la ingesta. De acuerdo a un estudio realizado por Instituto Nacional de Salud Pública y el Instituto Nacional

de la Nutrición, los niños durante el recreo consumen más de la mitad de calorías que deben consumir durante el día.

En promedio se gastan más de 20 mil millones de pesos al año en las cooperativas escolares "de los cuales 97 por ciento se destina a la compra de alimentos chatarra y sólo tres por ciento a frutas y ensaladas Así lo denunció investigador del Instituto Nacional de Nutrición de la Secretaria de Salud, Abelardo Ávila…" (ITESM, 2009)

En este punto debemos recalcar que el excesivo consumo de alimentos y bebidas poco saludables en los niños no es responsabilidad de los profesores o directivos que deban vigilar lo que consumen los estudiantes, el problema radica en las opciones que se presentan para el niño, En una encuesta realizada por el Instituto Nacional de Salud Pública a 12 escuelas primarias, mostro que los refrescos edulcorados estan disponibles en un 94% de las escuelas estudiadas, en comparación con el agua embotellada disponible en el 77% a un precio más alto que el de las bebidas endulzadas (Hawkes, 2008). Esto si es un problema, la falta de acceso a productos saludables contribuye al sobrepeso infantil

Otra factor atribuible a las escuelas es la falta de implementación de un programa de ejercicios para los estudiantes, la falta de actividad física provoca que los niños se vuelvan pasivos y sedentarios, y de acuerdo a este nuevo estilo de vida donde los niños pasan largo tiempo en las computadoras, videojuegos y la televisión limita la actividad y no se quema el exceso de calorías que adquiere durante el día.

Desafortunadamente no existe una reglamentación que regule lo que se consume en las escuelas, existe un reglamento de cooperativas escolares cuya última modificación fue realizada en 1982 y no prohíbe o limita el tipo de alimentos que pueden vender, algunos Estados han creado reglamentos para tratar de controlar la venta de productos chatarra. No obstante, no existe una ley federal que regule este problema, que a la larga puede generar un problema mayor.

El Costo de la Obesidad Infantil

El problema económico de la Obesidad infantil se manifiesta en dos vertientes, la primera va en relación al gasto en materia de salud que implica este padecimiento, quienes la padecen pueden desarrollar enfermedades Cardiovasculares, Diabetes, Cánceres entre otras. Esto implica los gastos de asistencia social, que puede ir desde la niñez hasta la edad adulta. En México los "gastos médicos relacionados con la obesidad representan el 11.6% y de 1987 a 2002 los gastos por obesidad se incrementó más de 10 veces, esto significa que la obesidad le cuestan al País más de 3 mil 300 millones de pesos al año" (Fanghänel Salmón, 2006)

En la Cámara de Diputados se evalúa una reforma que prohíba comida chatarra en las escuelas, por las cifras tan elevadas de obesidad infantil en el país y por el alto costo en atención médica que representa en un futuro no muy lejano.

La federación mundial de organizaciones de consumidores, Consumers International (CI), lanzo una propuesta de un Código Internacional sobre Publicidad de Alimentos y Bebidas no Alcohólicas a los niños, para que se aplique a nivel mundial y contribuya con la Organización Mundial de la Salud (OMS) para hacer frente a la obesidad y a las enfermedades relacionadas con la dieta.

Las altas inversiones en publicidad deben emplearse en crear centros deportivos patrocinados por las empresas y en apoyar en la difusión y educación de hábitos saludables en las escuelas. Después de todo, la obesidad es un problema de todos.

Conclusiones

La Obesidad infantil es un problema que en México nos esta superando existen factores géneticos y ambientales que contribuyen a este problema, existen diversas propuestas por

distintos Organismos Públicos y Privados, como: practicar actividad física, incentivar el consumo de alimentos bajos en grasa y azucar, monitoreo de peso y talla, elevar el consumo de agua, regulación publicitaria, entre otros. El cambio de hábitos alimentarios para que esto se realice se requiere educación y seguimiento, con solo ilustrar el plato del bien comer las personas no cambiaran su forma de alimentarse, tal vez no se dispone de tiempo, dinero o simplemente no desean acostumbrarse al sabor de ciertos alimentos. Las Instituciones educativas deben tomar un papel activo a este problema, fortaleciendo los programas físicos, eliminando la comida chatarra y orientando a los padres de familia a deben tomar conciencia de los daños físicos y psicológicos que provoca la obesidad infantil, deben instruirse y tomar acciones para educar niños sanos.

Referencias

Arteaga, A. (1997). *Boletin de la escuela de medicina.* Recuperado el 04 de 02 de 2009, de Etiopatogenia de la obesidad: http://escuela.med.puc.cl/publ/boletin/obesidad/EtiopatogeniaObesidad.html

Bouchard C, Perussel. (1988). *Heredity and body f at.* Annual Review of Nutrition, P. 259-277

Burrows, R. (09 de 2007). *Obesidad Infantil en Chile: Epidemiología, Factores Ambientales y Consecuencias.* Recuperado el 02 de 02 de 2009, de Medware: http://www.medwave.cl/congresos/Nutricion2006/3/2.act

Fanghänel Salmón, G. (2006). *Secretaria de Salud*. Recuperado el 20 de 01 de 2009, de http://www.salud.gob.mx

Hawkes, C. (2008). *Regulations, guidelines and voluntary initiatives on soft drink availability in schools around the world.*

Instituto Nacional de Salud Pública. (2006). *Obesidad Infantil.* México.

ITESM. (26 de 02 de 2009). Tecnológico de Monterrey. Recuperado el 2009 de 06 de 11, de Comida Chatarra y Publicidad: http://www.itesm.la/2009/02/23/comida-chatarra-y-publicidad/

Procuraduria Federal del Consumidor. (2008). II Foro Iberoamericano de Agencias Gubernamentales de Protección al Consumidor. *Obesidad y consumo en el marco de la publicidad comercial* , (pág. 32). México.

Quesada Sacristan, V. (15 de 10 de 2007). Los factores genéticos inciden en la aparición de la obesidad. Madrid, España.

Skunkar, A. J. (2000). Factores Determinantes de la Obesidad. En P. M. NetLibrary, *La Obesidad en la pobreza, Un nuevo reto para la Salud Pública* (pág. 124). Pan American Health.