

Dos comités de expertos de la Asociación Española de Pediatría (AEP) han participado en la elaboración del Plan Estratégico Nacional para la Reducción de la Obesidad Infantil 2022-2030

Las recetas de los pediatras para reducir en un 25% la obesidad infantil en los próximos 10 años

- **Cuatro de cada diez niños y tres de cada diez adolescentes en España tiene sobrepeso u obesidad**
- **La AEP considera necesario promocionar los estilos de vida saludables desde la Pediatría de Atención Primaria y establecer Unidades Asistenciales Especializadas Pediátricas en los Hospitales, siempre con el trabajo coordinado de pediatras, enfermeros pediátricos, dietistas y graduados en actividad física.**
- **Incrementar el tiempo de actividad física en el plan de estudios, asegurar el acceso a comida saludable y agua en los entornos deportivos y elaborar guías de uso saludable de nuevas tecnologías, entre las medidas propuestas**

Madrid, 20 de julio de 2022. El exceso de peso afecta a cuatro de cada diez niños y tres de cada diez adolescentes en España. Una situación especialmente acusada en aquellos que viven en hogares con rentas bajas, que tienen el doble de posibilidades de desarrollar obesidad. Para tratar de poner freno a este problema -cada vez más prevalente- de salud pública, que se ha visto agravado a causa de la pandemia COVID-19, el Gobierno de España ha presentado recientemente el [Plan Estratégico Nacional para la Reducción de la Obesidad Infantil \(2022-2030\)](#), que se propone reducir la incidencia de esta enfermedad en un 25 % en la próxima década. En la elaboración de este Plan, que plantea la hoja de ruta para el cambio en la próxima década, han colaborado 18 sociedades e instituciones científicas del ámbito de la salud, entre ellas la **Asociación Española de Pediatría (AEP)** que, desde hace décadas, centra gran parte de sus esfuerzos en promover hábitos de vida saludables que contribuyan a la mejora de la salud infanto-juvenil.

“La obesidad constituye una pandemia que afecta a todos los países, a todas las edades y a todos los grupos sociales, sin embargo, cada vez se inicia a edades más tempranas, lo que supone un riesgo importante para la salud del niño y de este cuando sea adulto”, advierte la **doctora Rosaura Leis Trabazo**, coordinadora del Comité de Nutrición y Lactancia Materna de la AEP.

“Para revertir y prevenir esta situación, es de gran importancia identificar los grupos vulnerables e implementar estrategias de prevención, así como evaluar el efecto de estas. También establecer un recorrido asistencial entre la Pediatría de Atención Primaria y la Hospitalaria para el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de los niños y adolescentes con obesidad, estableciendo Unidades Asistenciales Especializadas Pediátricas en los Hospitales, con la colaboración de personal de enfermería, dietistas y graduados en actividad física”, apunta la doctora Leis, que recuerda que se

*Para más información. Gabinete de prensa de la AEP

Sara Mancebo

Tel.: 686 228 212

Email: sara.mancebo@commstribes.com

www.aeped.es

[@aepediatria](https://twitter.com/aepediatria)

trata de una enfermedad social -la mayor prevalencia se produce en los niveles socioeconómicos y culturales más bajos- y que las medidas deben incluir no solo estilos de vida saludables (alimentación, actividad física, y control del uso de pantallas), sino también económicas y educativas. *“Es el momento para la acción coordinada de todos y los pediatras debemos abanderar esta lucha”*, sentencia.

Marco de acción en los diferentes entornos de la vida de niños y adolescentes

Entre las líneas maestras de actuación coordinada que propone el Plan, se encuentran:

- 1) Generar un sistema social promotor de la actividad física y de la alimentación saludable
- 2) Promover el bienestar emocional y el descanso
- 3) Reforzar el sistema público para promover estilos de vida saludables
- 4) Garantizar la protección de la salud de la infancia
- 5) Crear un cambio de cultura hacia estilos de vida saludables

Para conseguirlas, el documento sugiere una serie de medidas en los principales entornos en los que los niños adolescentes viven y crecen: familiar, educativo, sanitario, de ocio activo y deporte, urbano, digital y macrosocial. El Comité de Nutrición y Lactancia Materna de la AEP, coordinado por la doctora Leis, y el de Promoción de la Salud, coordinado por el **doctor Julio Álvarez Pitti**, han participado en las mesas de trabajo en las que se discutieron las medidas para cada uno de los entornos.

Entre las medidas más interesantes recogidas en el documento final, los coordinadores de ambos Comités destacan las siguientes, ya que son áreas en las que están trabajando intensamente para lograr que se conviertan en una realidad:

- Entorno escolar
 1. Incrementar el tiempo de actividad física en el plan de estudios y en educación no formal.
 2. Implementar un plan de movilidad activa y caminos escolares saludables.
 3. Incluir de forma transversal en el plan de estudios materiales relacionados con la promoción de hábitos saludables basados en la evidencia y opinión de expertos.

- Entorno de ocio y deporte
 1. Aumentar la oferta local por barrios de instalaciones deportivas seguras, y de actividades realizadas en ellas, utilizando instalaciones escolares u otros recursos fuera de horas lectivas y fines de semana.

2. Fomentar actividades deportivas simultáneas de niños y adolescentes y sus progenitores.
 3. Sensibilizar a las familias y a los menores de la importancia de la actividad física como rutina diaria.
- Entorno digital:
 1. Fomentar el desarrollo de aplicaciones (APPs) o webs adaptados a los niños y adolescentes para el fomento de vida activa que favorezcan hábitos de vida saludables y la autorregulación del uso de pantallas para su uso saludable.
 2. Elaborar guías de uso saludable de nuevas tecnologías basadas en la evidencia y trabajar en su difusión.
 3. Promover programas de formación a las familias en el uso seguro y equilibrado de las tecnologías e incorporarlo en el programa formativo de las escuelas y en el entorno profesional de los sanitarios.

“Las medidas propuestas en la Estrategia son adecuadas, y esta está más que justificada dada la situación actual de la prevalencia de la obesidad en la edad pediátrica en España. Una vez propuesto el Plan, solo falta que se lleven a cabo las acciones necesarias para ponerlo en práctica. Desde la AEP esperamos y deseamos que así sea”, concluye la coordinadora del Comité de Nutrición y Lactancia Materna de la AEP.

Sobre la Asociación Española de Pediatría

La Asociación Española de Pediatría es una sociedad científica que representa a cerca de 14.000 pediatras que trabajan tanto en el ámbito hospitalario como de atención primaria. Está integrada por todas las sociedades científicas de pediatría regionales y las sociedades de pediatría de las distintas especialidades. El principal objetivo de la asociación es velar por la adecuada atención sanitaria, fomentar el desarrollo de la especialidad, tanto en sus aspectos asistenciales como en los docentes y de investigación, además de asesorar a todas aquellas instituciones competentes en asuntos que puedan afectar o afecten a la salud, desarrollo e integridad del niño y del adolescente, así como divulgar e informar a la población sobre cuestiones de salud infantil.