

Los escolares se quitan kilos

La obesidad infantil cae un 5,5% en seis años gracias a programas de prevención

:: JUAN LUIS VIVAS

MOLINA. El exceso de peso entre los escolares del municipio ha descendido un 5,5% en el periodo de 2007 a 2013. Es la principal conclusión del estudio antropométrico realizado a 7.187 niños de Educación Infantil y Primaria de entre tres a doce años, más del 83,6% del censo escolar local. El alcalde, Eduardo Contreras, junto a concejal de Sanidad, José Antonio Carbonell, destacaron el dato tras la presentación que hicieron los responsables de los centros de salud, Jesús Marín y Antonio García, junto a técnicos de las concejalías de Sanidad y Educación.

Los autores explicaron que este estudio –el segundo que se lleva a cabo en Molina de Segura– ha servido para comparar la evolución de la obesidad infantil desde 2007 y evaluar así el impacto de los numerosos programas puestos en marcha en el municipio para frenar la alta tasa de prevalencia existente en obesidad infantil.

Hace ocho años, la prevalencia de obesidad infantil era del 16,3%, una cifra en sintonía entonces con los datos regionales y nacionales. En el nuevo estudio se ha podido comprobar que la prevalencia ha caído un 3,8% hasta situarse en el 12,5% de la población estudiada. Asimismo, también disminuyen las prevalencias de sobrepeso –del 10,6% al 8,9%– y de lo que se considera «exceso de peso», la suma de obesidad más sobrepeso. En este último caso, las tasas caen del 26,9% al 21,4%, según destacó el pediatra Francisco Monsó. También puntualizó que tanto el sobrepeso como la obesidad se acentúan algo más en las niñas que en los niños. En concreto, el 9,4% de las chicas de dicha franja de edad tiene sobrepeso y más del 14% tiene obesidad, según los datos de 2013.

No obstante –tras seis años de intervenciones– la prevalencia de exceso de peso sigue siendo aún ma-



Menú saludable de desayuno servido en enero en el colegio Rosales, uno de los 28 del municipio que se sumaron a este programa. :: F.M.

yor que la del resto del país, «aunque la diferencia ha disminuido de forma sensible», destacó Josefa Cámara, también pediatra.

Mario Soler, médico de familia, puso el énfasis en que a lo largo de los años han mejorado «de forma notable los hábitos del desayuno de los escolares, aumentando la ingesta de fruta y zumo natural y, en consecuencia, el número de niños que hacen un desayuno completo».

De los 29 centros con comedor, 28 participan en el programa menús saludables, según remarcó Ma-

ría José Hernández, coordinadora de la Concejalía de Educación. Indicó que de los 15.871 escolares de Educación Infantil y Primaria, casi 4.000 utilizan el servicio de comedor escolar. Los menús han ido acompañados de recomendaciones para desayunos, meriendas y cenas.

Menos sedentarios

Lázaro Sánchez, coordinador del área de Sanidad, destacó el trabajo multidisciplinar y la implicación de diversas entidades para la consecución de los objetivos marcados. Además,

enumeró las diversas campañas de divulgación efectuadas entre toda la población, como la campaña ‘¿Quiere que sus hijos sean obesos?’ o ‘Descubre el tesoro: descubre el desayuno saludable’. También han desarrollado actividades de promoción de salud entre los escolares, como los concursos ‘Soy el cole que mejor desayuna’, talleres, juegos, teatro y numerosas charlas y cursos con los padres, además de conferencias de especialistas a la población.

Por otro lado, han sido claves –según el concejal de Sanidad–, varios programas de promoción de ejercicio físico, como la Escuela Deporte y Salud, el Programa Salud 5-10, el Programa Actívate Joven o el denominado Activa-Familias, de la Consejería de Sanidad.

En el presente curso escolar hay 1.714 niños inscritos en las actividades programadas de ejercicio físico ofertadas por el Ayuntamiento, triplicándose su número respecto al curso 2008-2009. En este sentido, según el estudio, «los escolares molinenses son menos sedentarios que los del resto de España, mejorando el número de los que practican ejercicio en su tiempo libre», según remarcó Juan Francisco Menárguez, coordinador del centro Jesús Marín. En concreto, la mitad de los escolares practica 4 o más horas de ejercicio físico a la semana fuera del horario de clase, incrementándose en 15 puntos con respecto a cinco años antes.

La estrategia inicialmente impulsada desde el Ayuntamiento y los centros de salud ha sumado numerosas sinergias, comenzando por los propios centros educativos, las concejalías de Sanidad y Educación, el Hospital de Molina y la Fundación de Estudios Médicos. El alcalde recordó que el programa de Prevención de Obesidad Infanto-juvenil obtuvo en 2009 el Premio Naos del Ministerio de Sanidad al mejor programa escolar de alimentación saludable.