

Obesidad infantojuvenil: un problema que preocupa y requiere pronta intervención

Es conocido por todos que las tasas de obesidad en niños y adolescentes se han incrementado en los últimos años hasta alcanzar cifras verdaderamente alarmantes, ha dejado de ser un problema de pocos para transformarse en la preocupación de muchos.

La bibliografía muestra un sinnúmero de trabajos en los que se evidencian asociaciones nefastas entre la forma en la que viven nuestros niños y jóvenes y el impacto que esto provoca sobre su salud. Los trastornos derivados del sobrepeso y la obesidad que antes se observaban en etapas medias de la vida, hoy se pueden constatar en estos grupos etarios, con lo que ello implica para el futuro de la humanidad. La expectativa de vida se ha reducido, producto de las complicaciones derivadas de esta problemática, provocando muertes en poblaciones cada vez más jóvenes.

La Organización Mundial de la Salud a través de su documento "Prevención de Enfermedades Crónicas", ha indicado que la epidemia "invisible" de cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, diabetes, cáncer y otras enfermedades crónicas será la que en un futuro previsible se cobrará el mayor tributo en forma de defunciones y discapacidad. Sin embargo, somos muchos los responsables para cambiar esta historia.

La educación relacionada a la elección de alimentos saludables y la incorporación de la actividad física a nuestras vidas es una parte sin dudas fundamental, pero no suficiente para lograr un impacto significativo en la población. Este cambio no implica solo enseñar a los padres a comprar lo correctamente saludable en el supermercado.

Se requieren políticas sanitarias firmes que, por un lado, hagan cumplir leyes ya existentes, por ejemplo regulación y control de lo que deberían ofrecer los kioscos en las escuelas y colegios, junto a sanciones concretas, sin temer al empleo de esta "palabra", mediante el pago de impuestos diferenciales o "multas" a empresas que ofrezcan productos cargados de "calorías vacías", que además se acompañan de publicidades que seducen a los niños y jóvenes promoviendo su consumo. Hacer los respectivos diagnósticos de situación en cada parte de este mundo resulta necesario, pero no suficiente. Los resultados obtenidos deberían servir como motor para el cambio.

La información científica es abundante y muestra claramente escenarios que se replican globalmente, independientemente de la condición social o económica. Es el momento de que cada uno de nosotros tome conciencia desde el lugar que ocupa, con el recurso disponible que requiere, de una urgente intervención con la seriedad que la situación amerita.

El equipo de salud en su conjunto debe invertir horas en

educar. Existen iniciativas poco coordinadas al respecto, pero no estaría tan segura de que estemos haciendo nuestro máximo esfuerzo, o al menos no de manera efectiva tal como lo muestran las estadísticas.

Debemos dejar de culpar al paciente obeso de su enfermedad, para dar paso a respuestas concretas a su problema, mediante soluciones reales que le permitan incorporar finalmente un estilo de vida adecuado.

Poner en marcha políticas sanitarias rotundas que modifiquen esta trayectoria es una necesidad inminente.

Un deseo no cambia nada, una decisión cambia todo.

Dra. Graciela Ponce
Docente investigador UNPSJB