

Uno de cada tres jóvenes en Madrid presenta obesidad abdominal

La tasa de sobrepeso y obesidad infantil y juvenil en España preocupa cada vez más. Un estudio realizado en centros escolares de la Comunidad de Madrid sitúa esa tasa en el 27,23 %. Sin embargo, es aún más alarmante el porcentaje que padece obesidad abdominal, la más grave y relacionada directamente con enfermedades cardiovasculares: un 35,17%.

SINC

28/5/2019 09:00 CEST



La obesidad abdominal está relacionada con el riesgo cardiovascular. / rawpixel.com

El 27,23 % de la población infantojuvenil de la Comunidad de Madrid padece sobrepeso u obesidad. Esta cifra alcanza el 35,17 % si se trata de obesidad abdominal, según un estudio realizado por el [Grupo de Investigación EPINUT](#) de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) y la [Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación](#) (SEDCA).

El grupo de edad de 12 a 16 años presenta mayor sobrepeso y obesidad que el de sus compañeros más jóvenes

Los resultados, publicados en *Nutrición Hospitalaria*, revelan también una preocupante tasa de sedentarismo, 25,12 %, y un alto consumo de productos procesados de bajo valor nutricional en las franjas horarias del desayuno, media mañana y merienda.

“El estudio confirma lo que sabemos desde hace tiempo: el exceso de peso infantil en nuestro medio alcanza unas cifras realmente importantes. Pero más allá de ellas, el problema a medio y largo plazo es el riesgo aumentado de numerosas enfermedades que estos niños podrían tener en un futuro”, apunta Jesús Román Martínez Álvarez, investigador del departamento de Enfermería de la UCM y uno de los autores del trabajo.

La investigación se ha llevado a cabo en varios centros escolares de la Comunidad de Madrid durante los cursos 2016/2017 y 2017/2018, con una muestra de 1.936 chicos y chicas de entre 7 y 16 años de edad.

Según Martínez Álvarez, los datos obtenidos “son muy interesantes ya que la población madrileña representa bastante fielmente la media poblacional española. Aun así, es de esperar que en localidades concretas o en regiones específicas con niveles de renta muy por debajo de las de Madrid esas cifras de exceso de peso sean mayores”.

Más riesgo en chicas

El grupo de edad de 12 a 16 años presenta mayor sobrepeso y obesidad que el de sus compañeros más jóvenes y la tasa en mujeres es del 30,19 % frente al 24,61 % de los varones. Estos porcentajes se obtuvieron a partir del índice de masa corporal (IMC).

Una de las novedades de este trabajo es la relevancia otorgada al índice cintura/talla (ICT), que reveló que la tasa de adiposidad abdominal es ocho puntos superior a la global, siendo la franja de edad entre 7 y 11 años la

mayor afectada.

Los datos representan bastante fielmente la media poblacional española

“El índice cintura/talla proporciona una definición más concreta y exacta de la obesidad y, especialmente, del riesgo cardiovascular por su correlación con la obesidad abdominal, precisamente la más peligrosa de todas”, advierte Martínez Álvarez.

Además de este análisis antropométrico, también se realizaron encuestas sobre los alimentos que los jóvenes suelen consumir, sus gustos y el estilo de vida y hábitos sedentarios o relacionados con la práctica de actividad física.

Para solventar esta situación, el investigador de la UCM aboga por el diseño de intervenciones que promuevan la dieta mediterránea “acompañados de acciones para favorecer la práctica de la actividad física y la disminución del sedentarismo”.

Referencia bibliográfica:

Calderón García A, Marrodán Serrano MD, Villarino Marín A, Román Martínez Álvarez J. “Valoración del estado nutricional y de hábitos y preferencias alimentarias en una población infanto-juvenil (7 a 16 años de la Comunidad de Madrid”. *Nutrición Hospitalaria* 2019. DOI: [10.20960/nh.2244](https://doi.org/10.20960/nh.2244).

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

OBESIDAD | ABDOMINAL | SOBREPESO | INFANTIL | JUVENIL |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)