

EN ESTE TRABAJO PARTICIPARON 3.528 ADOLESCENTES

## Los adolescentes del sur de Europa son más obesos que los del centro y el norte

Un estudio compara el nivel de forma física de adolescentes que viven en países mediterráneos, como España, Italia y Grecia, con adolescentes del centro y norte de Europa. Sus resultados han sido publicados en el último número de la revista *Pediatrics*. Los adolescentes del sur de Europa tienen una peor condición física y son más obesos.

UGRdivulga

26/3/2014 11:57 CEST



Francisco B. Ortega, investigador Ram3n y Cajal del departamento de Educaci3n F3sica y Deportiva de la Universidad de Granada. / UGRdivulga

Los adolescentes del sur de Europa tienen una peor condici3n f3sica (esto es, peor capacidad cardiorrespiratoria, peor fuerza y peor velocidad-agilidad) que los del centro y el norte de Europa. Adem3s, los j3venes del sur son m3s obesos y presentan unos mayores niveles de grasa total y abdominal.

Estos son algunos de los resultados de un estudio, publicado en el 3ltimo

número de la revista *Pediatrics* y realizado por científicos de la [Universidad de Granada](#) en colaboración con otros 25 grupos de investigación europeos, en el que se compara el nivel de forma física de adolescentes que viven en países mediterráneos (España, Italia y Grecia) con adolescentes del centro y norte de Europa.

El autor principal, Francisco B. Ortega, destaca que “el nivel de condición física de los adolescentes ha demostrado ser un importante indicador de su estado de salud presente y futuro, de ahí la relevancia de las diferencias encontradas entre sur y centro-norte de Europa”.

---

El nivel de condición física de los adolescentes ha demostrado ser un importante indicador de su estado de salud presente y futuro

En la investigación participaron un total de 3.528 adolescentes del sur de Europa (habitantes de cuatro ciudades de los tres países mediterráneos) y del norte-centro del continente (de seis ciudades distintas). A todos ellos, los científicos les realizaron una serie de pruebas para medir su forma física, su grasa total y abdominal y su riesgo cardiometabólico.

El trabajo también analizó otros marcadores de riesgo cardiovascular, como el colesterol o la presión arterial, pero en este sentido no se encontraron diferencias consistentes entre los adolescentes del sur y los del centro-norte de Europa.

### **Adolescentes de nueve países**

---

Los adolescentes del sur de Europa realizaban menos actividad física y más actividades sedentarias que los del norte

La metodología empleada en estas diez ciudades europeas, pertenecientes a nueve países distintos, fue meticulosamente estandarizada y se emplearon

métodos objetivos, como la valoración de la actividad física, para lo que se usaron unos aparatos llamados acelerómetros, que los adolescentes llevaron en la cintura durante siete días seguidos.

Estos acelerómetros facilitaron a los científicos información sobre cuánto tiempo empleaban en actividades físicas de diferente intensidad, así como en actividades sedentarias como ver la televisión.

Ortega explica que otro de los principales hallazgos de este estudio es que los adolescentes del sur de Europa también realizaban menos actividad física y más actividades sedentarias que los del norte, lo que explicaba en gran parte su peor forma física. "Estos resultados nos sugieren la importancia de realizar actividad física para tener un nivel de forma física saludable".

Este estudio también ha puesto de manifiesto que la prevalencia de obesidad y los niveles de grasa total y abdominal son mayores en los adolescentes del sur. "No se demostró, sin embargo, que esto se debiera a la menor actividad física realizada, ni a la dieta y ni a algunos marcadores genéticos estudiados, por lo que no podemos concluir cuál podría ser el motivo de esta mayor prevalencia de obesidad", apunta el investigador de la [UGR](#).

#### Referencia bibliográfica:

Francisco B. Ortega, Jonatan R. Ruiz, Idoia Labayen, David Martínez-Gómez, Germán Vicente-Rodríguez, Magdalena Cuenca-García, Luis Gracia-Marco, Yannis Manios, Laurent Beghin, Dénes Molnar, Angela Polito, Kurt Widhalm, Ascensión Marcos, Marcela González-Gross, Anthony Kafatos, Christina Breidenassel, Luis A. Moreno, Michael Sjöström and Manuel J. Castillo. "Health Inequalities in Urban Adolescents: Role of Physical Activity, Diet, and Genetics". *Pediatrics*; originally published online March 17, 2014 DOI: 10.1542/peds.2013-1665

[Vídeo](#) sobre esta investigación, elaborado por la Unidad de Cultura Científica de la UGR

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

OBESIDAD | DEPORTE | ADOLESCENTES |

Creative Commons 4.0

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