

4. SOBREPESO Y OBESIDAD EN NIÑAS Y NIÑOS DE 5 A 9 AÑOS DE EDAD

Según la Organización Mundial de la salud, la prevalencia de sobrepeso y la obesidad en niñas y niños se encuentra en un imparable aumento a nivel mundial. En el Perú se reporta a su vez, la presencia de complicaciones metabólicas en niños mayores de 5 años y adolescentes, como resistencia a la insulina, dislipidemias mixtas, hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia, factores que conducen a aterosclerosis y que junto con la obesidad conforman el síndrome metabólico, un marcador directo de riesgo cardiovascular^{1,2}.

Estudios recientes muestran que las intervenciones basadas en las escuelas, son mandatorias para combatir el problema de la obesidad, pues este es el lugar donde los niños pasan la mayor parte del tiempo y además están en la edad adecuada para inculcarles hábitos de alimentación saludables que se mantengan a largo plazo. La etiología multifactorial de este problema exige entonces que la lucha librada, plantee estrategias novedosas que consideren intervenciones: sencillas, costo efectivo, en edades tempranas de la vida, que integren los ámbitos de escuela – familia – comunidad y que tengan como herramienta fundamental involucrar de modo participativo a sus integrantes³. Los estudios que evalúan los programas educativos diseñados para prevenir la obesidad, son considerados vitales porque sirven de sólido sustento cuando se establecen las políticas de salud en la lucha contra esta epidemia⁴

En el Perú, se ha evidenciado que la publicidad televisiva influye en las preferencias alimentarias, las solicitudes de compra y las pautas de consumo de alimentos de las niñas y niños en edad pre escolar y escolar. El Informe del Consejo Consultivo de Radio y Televisión (CONCORTV) relacionado con la presencia de publicidad no saludable en la televisión peruana, demostró que un 66% de los spots publicitarios emitidos al día en programas para niños se refieren a alimentos no saludables, con una duración aproximada de 1019 minutos al mes y una inversión de 22,7 millones de dólares mensuales en alimentos poco saludables y/o no saludables. En cuanto a la actividad física, la Encuesta Global de Salud Escolar demostró que sólo 24,8% de estudiantes realizó actividad física al menos 60 minutos por día, por lo menos 5 de los últimos 7 días, y un 28,6% pasó tres o más horas al día realizando actividades sedentarias durante un día típico o usual.

En el presente análisis, se utilizó como fuente primaria de información la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH)⁵, donde se evaluó el estado nutricional de las niñas y niños mayores de cinco años mediante el Índice de Masa Corporal para la edad según los estándares de la OMS 2007.

¹ Pajuelo, J; Miranda, M; *et al.* (2011). Prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños menores de cinco años en el Perú 2007- 2010. *En* Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica.

² Pajuelo, J; Bernui, I; *et al.* (2009). Marcadores bioquímicos de riesgo cardiovascular en una población adolescente femenina con sobrepeso y obesidad. *En* Anales Facultad de Medicina.

³ Hu, FB; Willett, WC; *et al.* (2004). Adiposity as compared with physical inactivity in predicting mortality among women. *En* New England Journal Medicine.

⁴ Veugelers, PJ; Fitzgerald, AL. (2005). Effectiveness of School Programs in Preventing Childhood Obesity: A multilevel Comparison. *En* Am Journal Public Health.

⁵ Instituto Nacional de Salud- Centro Nacional de Alimentación y Nutrición-Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (2011, 2012-2013 Y 2013-2014) Encuesta Nacional de Hogares (ENAH). Lima- Perú.

Clasificación e indicadores

Clasificación	Desviación Estándar
Delgadez severa	< -3
Delgadez	<-2
Normal	≥ -2 y ≤ 1
Sobrepeso	> 1 y ≤ 2
Obesidad	> 2

Así mismo, se utilizó como referencia el artículo “Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú⁶”, el cual analiza información del año 2007 al 2011, en base a la muestra de la Encuesta Nacional de Hogares.

⁶Tarqui-Mamani, Carolina; Sánchez-Abanto, José; & otros (2013). Tendencia del Sobrepeso, obesidad y exceso de peso en el Perú. En REV. PERU. EPIDEMIOL. VOL 17 NO 3 DICIEMBRE 2013 <http://www.redalyc.org/pdf/2031/203129459004.pdf>