

1. Introducción

SITUACIÓN ACTUAL Y MAGNITUD DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la Obesidad como la **“acumulación anormal y excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud y que se manifiesta por un exceso de peso y volumen corporal”**.

Reconocida desde 1997 como una enfermedad por la OMS, se ha convertido en un problema de salud prioritario en todo el mundo, que afecta a todos los grupos de edad y que obliga a los gobiernos a adoptar estrategias globales para intentar controlar la calificada como **Epidemia del siglo XXI**.^{1,2} Esta epidemia, se ha generado en las últimas décadas como consecuencia de los cambios en el entorno social, económico, cultural y físico de la población, que han conducido a la modificación inadecuada de los patrones alimentarios y a la reducción en la actividad física.

En la etapa infantil y juvenil, este problema es aún más preocupante, ya que tiende a mantenerse en la vida adulta y está asociada con la aparición precoz de Diabetes Mellitus tipo 2, Hipertensión Arterial, Dislipemias, Enfermedades Cardiovasculares, Cáncer, Problemas Osteoarticulares y Trastornos Psicopatológicos con mayor probabilidad de muerte prematura y discapacidad. Por todo ello, **la prevención desde la infancia se convierte en una actuación prioritaria**.

A nivel Internacional, la OMS estima que de seguir las tendencias actuales en 2015 habrá aproximadamente 2.300 millones de personas adultas con sobrepeso y más de 700 millones con obesidad,³ lo que supondrá el 42,8% de la población mundial. En Europa, en los países de la cuenca mediterránea, la prevalencia oscila entre el 20 y el 40% (sobrepeso más obesidad), mientras que en los países del Norte se sitúa entre el 10 y el 20%.⁴ Esto conlleva una gran morbilidad en la población, un incremento en el uso de los recursos sanitarios y un gran impacto en la carga económica de los sistemas de salud.

En España, el estudio PAIDOS84⁵ (1984) encontró una prevalencia de obesidad del 5,1% en niños y el 4,6% en niñas en edades entre 6 y 15 años.

El estudio enKid⁶, realizado en población española de 2 a 24 años (1998-2000), mostraba una prevalencia del 26,3% entre sobrepeso y obesidad, (obesidad 13,9%; sobrepeso 12,4%). Este estudio establecía para **Canarias una prevalencia total entre obesidad y sobrepeso de un 32,8%, siendo el de la obesidad del 18% y para el sobrepeso de un 14,8%**.

Las encuestas de salud 2003, 2006 y 2009 encuentran en Canarias una prevalencia de obesidad y sobrepeso, en población de 2 a 17 años, de entre 29 y 38% en varones, y entre 33 y 39% en mujeres, estando

Canarias entre las Comunidades con peores resultados del territorio nacional.

En Julio de 2011 se han presentado los resultados del **Estudio Nacional Aladino**⁷ (7.923 niñas y niños de entre 6 y 9 años, 314 en Canarias), que encontraron, usando criterios de la OMS, un 19,1% de obesidad y 26,1% de sobrepeso (en Canarias, 21,2% y 28,4% respectivamente). Si se consideran los criterios de las tablas de Orbegozo 1988 para poder comparar, en ese grupo de edad, el enKid (423 individuos) (1998-2000) con el Aladino (2011), aún asumiendo que la muestra del primero es mucho más pequeña, se encuentra un 15,9% de sobrepeso y 14,5% de obesidad en el año 2000, por un 17,6% y 13,9% respectivamente en el año 2011. **Por sexo, la obesidad en el estudio Aladino es de un 22% en los niños, y un 16,2% en las niñas.**

Esta alarmante situación, ha llevado a iniciativas tanto internacionales, como nacionales y regionales. En mayo de 2004 la OMS aprueba la **"Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud"**¹, donde se insta a los países miembros a desarrollar planes de acción encaminados a promover hábitos alimentarios saludables y la práctica habitual de actividad física como principales estrategias preventivas. Fruto de esta iniciativa, en 2005, se puso en marcha en nuestro país la **Estrategia NAOS**⁸, (**Nutrición, Actividad Física, prevención de la Obesidad y Salud**), un plan global con una especial atención en los niños y jóvenes.

En nuestra CCAA a finales de 2005, la Consejería de Sanidad a través de la Dirección General de Salud Pública, puso en marcha el Proyecto DELTA de educación nutricional⁹, y ha participado en el PROGRAMA PERSEO¹⁰, ambos orientados a fomentar la alimentación saludable y la actividad física desde los primeros años de vida.

En consonancia con todo ello y desde la Dirección General de Programas Asistenciales, se ha impulsado el desarrollo de este documento que permita el **"Abordaje de la Obesidad infantil y Juvenil en Canarias"**. Está dirigido a profesionales sanitarios de la Atención Primaria (pediatría, medicina de familia y enfermería), pudiendo ser de utilidad para otros profesionales del sector. Sus recomendaciones se basan en la mayor evidencia publicada, y en consenso de expertos cuando no la hubiera, aunque la gradación de la evidencia así como la fuerza de la recomendación no queda reflejado en el texto; la bibliografía reseñada permitirá a los lectores consultarla, ampliando dicha información y satisfacer sus necesidades en este aspecto.

Presentamos este documento como una herramienta para los profesionales sanitarios, elaborada a la luz de las evidencias científicas disponibles y con la finalidad de homogeneizar y facilitar el abordaje efectivo de este importante problema de salud.