

5. CONCLUSIONES

Situación ponderal de los escolares de 6 a 9 años en Canarias:

1. En 2019 la prevalencia de sobrepeso es del 24,5% y la prevalencia de obesidad del 18,5%. Datos algo superiores a los obtenidos en el estudio ALADINO España (sobrepeso 23,3% y obesidad 17,3%).
2. En 2019, la prevalencia de obesidad central es de un 27,2% en el total de la muestra, siendo mayor entre las niñas (28,3%) que entre los niños (26,2%).
3. Por sexo, el porcentaje de niños con sobrepeso es muy similar que el de las niñas (24,5% vs 24,4%), mientras que el porcentaje de obesidad es superior en niños (19,2% vs 17,6%). El de obesidad severa es mayor en los niños que en las niñas (4,5% vs 2,9%).
4. Por edad, la frecuencia de sobrepeso es mayor en el grupo de 9 años (28,2%) y menor en el de 7 años (22,5%). La obesidad registra mayor prevalencia en el grupo de 8 años (23,3%) y menor en los 9 años (19,1%).
5. Un porcentaje importante de progenitores de escolares con sobrepeso (90,2%) y con obesidad (50%) perciben erróneamente el peso de sus hijo e hijas como "Peso normal". Este porcentaje es del 69,5% en el caso del "Exceso de peso".

Hábitos alimentarios, actividad física y sueño de los escolares:

1. Según las familias el 76,2% de los escolares desayuna todos o casi todos los días algo más que un vaso de leche o un zumo. El 82,3% de los escolares manifiesta haber desayunado el día del estudio, cifra menor a la de España, siendo superior este porcentaje en niños y menor en escolares con obesidad.
2. Los escolares con exceso de peso (obesidad + sobrepeso) realizan menos actividad física (actividad física intensa más de 1 h/día), son sedentarios más frecuentemente y disponen de pantallas en su habitación con mayor frecuencia que el resto.
3. El porcentaje de niños con actividad física intensa es significativamente superior al de las niñas (81,0% en niños, 67,6% en niñas; $p < 0,05$). Un porcentaje significativamente mayor de niñas que de niños son sedentarias (29,5% y 22,4%, respectivamente; $p < 0,05$).
4. Los escolares con sobrepeso y obesidad duermen ligeramente menos que los escolares con normopeso.
5. La prevalencia de obesidad es significativamente superior en los escolares de familias con menor nivel de ingresos. Por su parte, la prevalencia de sobrepeso registra mayor dato entre los escolares de familias con ingresos medios.

Entorno escolar:

1. Respecto a la alimentación, el 100% de los colegios ofrecen servicio de comedor, siendo un servicio propio del colegio en aproximadamente el 30% de los casos. En los colegios se ofrece agua de forma gratuita mayoritariamente (61,9%). También el 38,1% de los centros proporcionan fruta fresca de forma gratuita a los escolares y el 33,3% verduras /hortalizas. El 57,2% de los centros compagina estos hábitos de alimentación con la organización de algún tipo de deporte o actividad física al menos una vez por semana fuera del horario lectivo.
2. Respecto a la disponibilidad de recursos para la actividad física, el 90,5% de los colegios disponen de zonas de recreo exteriores y aproximadamente el 62% de gimnasio cubierto. Fuera del horario escolar, algo más de la mitad de los centros permiten el uso de las zonas exteriores, pero solo el 28,6% permiten el uso de los gimnasios.