



MINISTERIO
DE CONSUMO



agencia
española de
seguridad
alimentaria y
nutrición



observatorio de la
nutrición
y de estudio de la
obesidad



ALADINO



2019

Estudio sobre la Alimentación,
Actividad física, Desarrollo
Infantil y Obesidad



INTRODUCCIÓN

España realiza desde 2011 el “Estudio ALADINO sobre ALimentación, Actividad física, Desarrollo INfantil y Obesidad” en escolares de 6 a 9 años, que desarrolla periódicamente a través de la Estrategia NAOS de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), participando en la Iniciativa de Vigilancia de la Obesidad Infantil (por sus siglas en inglés COSI), de la Oficina Europea de la OMS.



El exceso de peso (la suma de sobrepeso y obesidad) infantil es un importante problema de salud pública en Europa y se asocia a numerosas complicaciones de salud en la edad adulta, como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares. El objetivo de ALADINO es conocer la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil en España y evaluar su evolución en el tiempo.

METODOLOGÍA

ALADINO 2019 es un estudio epidemiológico, con un diseño descriptivo transversal, del peso y la talla obtenidos por medición directa y de factores asociados al desarrollo infantil obtenidos mediante cuestionarios.



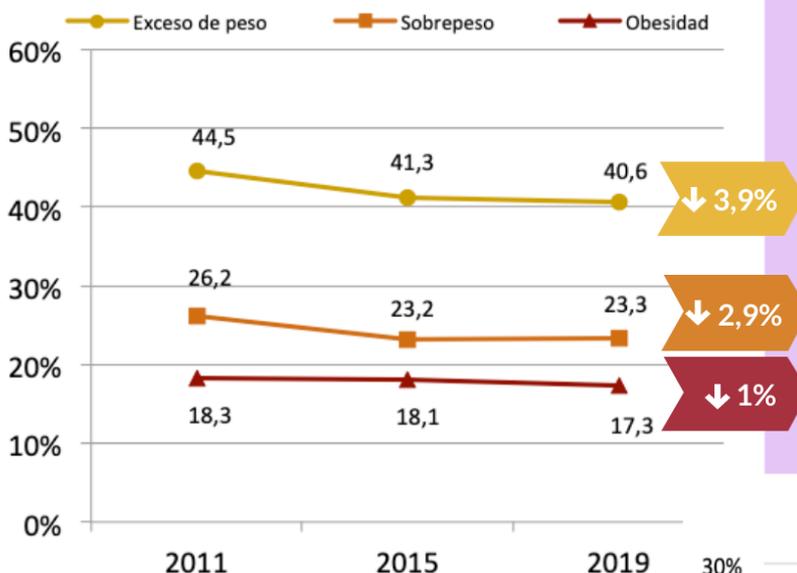
16.665
escolares
276 colegios



La selección de la muestra (276 colegios y 16.665 escolares) se realizó mediante muestreo aleatorio polietápico por conglomerados con estratificación de los centros de educación primaria. La muestra obtenida es representativa de la población escolar de 6 a 9 años residente en España, distribuida de forma proporcional por Comunidades Autónomas y tamaño de municipio.

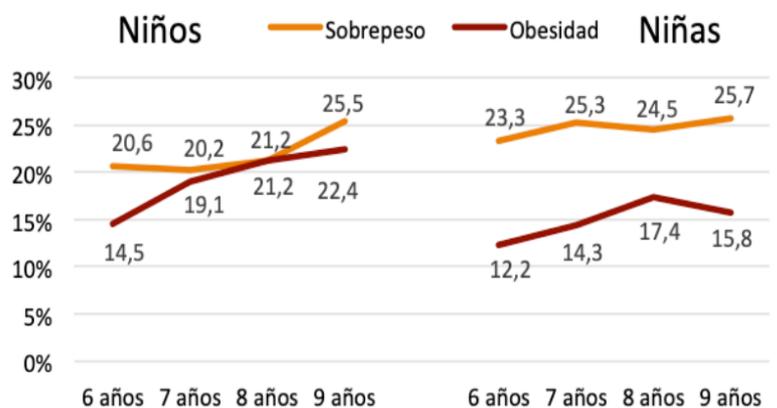
RESULTADOS: PESO CORPORAL

SITUACIÓN PONDERAL SEGÚN CRITERIOS OMS



- Prevalencias 2019
 - Sobrepeso: 23,3%
 - Obesidad: 17,3%
 - Obesidad severa: 4,2%
- Entre 2011 y 2019 el exceso de peso disminuye un 3,9% (2,9% sobrepeso y 1% obesidad), de forma más marcada en niños.
- En niñas no hay diferencias por edad en el sobrepeso, mientras que la obesidad aumenta de los 6 a los 8 años. En niños el sobrepeso es más frecuente a los 9 años, y la obesidad a partir de los 7.

- El sobrepeso es más frecuente en niñas (♀ 24,7% vs. ♂ 21,9%).
- La obesidad y la obesidad severa son más frecuentes en niños (♂ 19,4% vs. ♀ 15%; y ♂ 6% vs. ♀ 2,4%, respectivamente).

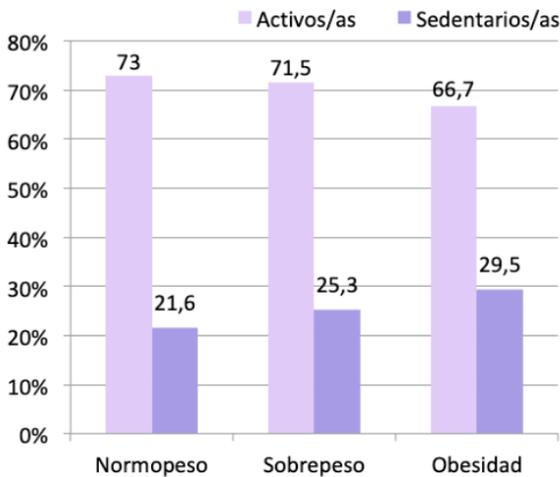


FACTORES ASOCIADOS AL EXCESO DE PESO

ALIMENTACIÓN

- El 80,6% **desayuna** todos o casi todos los días algo más que un vaso de leche o zumo, según las familias, con un mayor porcentaje en escolares con peso normal.
- El 97,6% desayunó el día de la medición, según los escolares, con un mayor porcentaje en escolares con peso normal.
- El 68% de los escolares toma **fruta** todos o casi todos los días, siendo este % menor en niños y en escolares con obesidad.

- 82,4% incluye leche
- 57,5% galletas
- 54,1% pan o tostadas
- 45,2% cereales y otros
- 20,1% fruta fresca
- 12,2 % bollería



ACTIVIDAD FÍSICA



70,4% ACTIVOS (dedica ≥ 1 h/día a jugar o hacer ejercicio intenso)

- 74% participa en actividades deportivas extraescolares.
- Hay menos escolares activos entre las niñas y entre escolares que tienen obesidad.

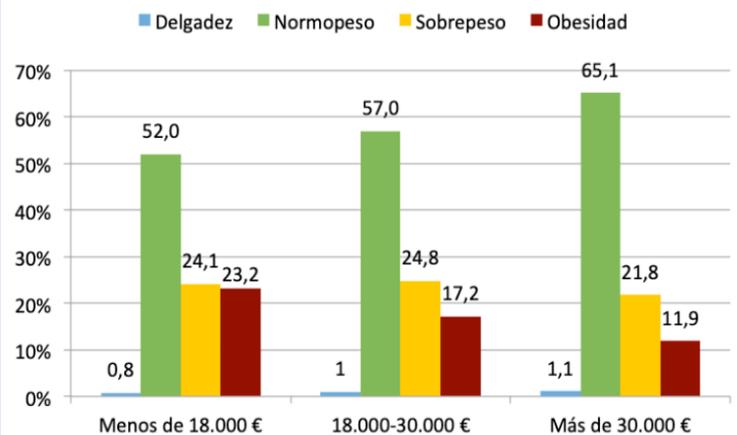
24% SEDENTARIOS (dedica ≥ 3 h/día a lectura, deberes o pantallas)

- 21,6% tiene TV en su habitación y el 9,9% de consola.
- Hay más escolares sedentarios entre las niñas y entre los que tienen sobrepeso u obesidad.

ENTORNO FAMILIAR

El **sobrepeso** y la **obesidad** son más frecuentes entre los escolares de familias con **menor nivel de ingresos** y con **nivel de estudios más bajos**:

- Familias con menos ingresos:
 - Sobrepeso = 24,1%
 - Obesidad = 23,2%
- Familias con mayores ingresos:
 - Sobrepeso = 21,8%
 - Obesidad = 11,9%



PERCEPCIÓN DE LOS PROGENITORES

9 de cada 10 progenitores de escolares con sobrepeso consideran el peso de su hijo/a normal



4 de cada 10 progenitores de escolares con obesidad consideran el peso de su hijo/a normal



ENTORNO ESCOLAR

- 97,8% de los colegios dispone de zonas de recreo exteriores y el 77,8% de gimnasio cubierto.
- 8 de cada 10 colegios permiten el uso de las zonas exteriores fuera del horario escolar y 3 de cada 10 permiten el uso de gimnasios fuera del horario escolar.
- 9 de cada 10 colegios ofrecen servicio de comedor.
- 77,5% ofrece gratuitamente agua, el 33,4% fruta y el 15,7% verduras y hortalizas.



CONCLUSIONES



SITUACIÓN PONDERAL



1. En 2019, el 23,3% de los escolares de 6 a 9 años, presentan sobrepeso y el 17,3% obesidad. Entre 2011 y 2019 el exceso de peso disminuye un 3,9% (sobrepeso disminuye un 2,9% y obesidad un 1%).

2. El sobrepeso es más frecuente en niñas (♀24,7% vs. ♂21,9%), y la obesidad, incluida la obesidad severa, es más frecuente en niños (♂19,4% vs. ♀15%; obesidad severa: ♂6% vs. ♀2,4%).

3. En los niños el sobrepeso es más frecuente a los 9 años, y la obesidad a partir de los 7. En las niñas no hay diferencias por edad en el sobrepeso, mientras que la obesidad aumenta de los 6 a los 8 años.



FACTORES ASOCIADOS AL EXCESO DE PESO

4. **ALIMENTACIÓN:** el 97,6% de los escolares refiere haber desayunado el día del estudio. Según los progenitores, el 80,6% desayuna todos o casi todos los días algo más que un vaso de leche o zumo. En ambos casos es más frecuente en escolares con peso normal.



5. **ACTIVIDAD FÍSICA:** en las niñas y en los escolares con obesidad se encuentra: menor porcentaje de actividad física intensa y extraescolar; mayor porcentaje de sedentarismo y de disponibilidad de pantallas en su habitación.

6. **ENTORNO FAMILIAR:** el sobrepeso y la obesidad son más frecuentes en escolares de familias con menor nivel de ingresos y estudios de los progenitores.



7. **PERCEPCIÓN DE LOS PROGENITORES:** el 69,1% de los progenitores de escolares con exceso de peso considera el peso de sus hijos como normal (sobrepeso: 88,6%; obesidad: 42,7%).



8. **ENTORNO ESCOLAR:** la mayoría de colegios dispone de zonas de recreo exteriores (97,8%) y gimnasio cubierto (77,8%). Fuera del horario escolar, casi 8 de cada 10 centros permiten el uso de las zonas exteriores, pero solo 3 de cada 10 permiten el uso de los gimnasios.

CONTACTO

Vocalía Asesora para la Estrategia NAOS (AESAN)

Toda esta información puede encontrarse en:
http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/subseccion/vigilancia_obesidad_infantil.htm

En caso de duda, puede contactarse con:
estrategianaos@mscbs.es



MINISTERIO
DE CONSUMO

