



MINISTERIO  
DE CONSUMO



agencia  
española de  
seguridad  
alimentaria y  
nutrición

## **RESUMEN DEL INFORME DE LA QUINTA RONDA (2018-2020) DE LA CHILDHOOD OBESITY SURVEILLANCE INITIATIVE (COSI) DE LA OFICINA REGIONAL PARA EUROPA DE LA OMS**

(QUINTA RONDA COSI– CUARTA RONDA ALADINO – 2019)

---

**COMPARACIÓN CON LOS RESULTADOS DE LA RONDA PREVIA 2015-2017**



**Noviembre 2022**



## ÍNDICE

WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) Report on the fifth round of data collection, 2018–2020.....	2
Situación ponderal: Prevalencia de exceso de peso y obesidad.....	2
Hábitos alimentarios.....	3
Hábitos de actividad física, tiempo de pantallas y sueño.....	3
Conclusiones.....	4
Implicaciones para las políticas de nutrición y actividad física.....	4
Intervenciones en España para reducir el sobrepeso y la obesidad infantil a partir de los resultados del estudio ALADINO.....	5



## WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) Report on the fifth round of data collection, 2018–2020

El 8 de noviembre de 2022 se ha publicado el [informe de la iniciativa COSI](#), con los resultados de la quinta ronda de COSI 2018 – 2020 en la que participaron 33 países y casi 411.000 escolares y que para España incluye los datos de ALADINO 2019. En esta ronda hubo una menor participación de países (33) que en la ronda previa 2015-2017 (36), debido a que la pandemia por COVID-19 impidió la realización o finalización del trabajo de campo en algunos países. En España, el trabajo de campo se realizó entre septiembre y diciembre de 2019.

También se ha publicado un “[fact sheet](#)” con los resultados principales.

El objetivo del presente informe es resumir los principales resultados y compararlos con los resultados de la ronda previa.

### Situación ponderal: Prevalencia de exceso de peso y obesidad

Para los datos de prevalencia de toda la región europea y los específicos de cada país, se ha utilizado un solo grupo de edad siendo el elegido para la mayoría de países el de 7 años, o en su defecto el más próximo disponible, para lograr la máxima comparabilidad. Igualmente, los datos de todos los países se someten a un proceso homogéneo de depuración y a una ponderación de los resultados en función de los respectivos tamaños muestrales. Por ello, puede haber ligeras diferencias entre los datos de la quinta ronda COSI respecto a los datos publicados de ALADINO 2019.

La prevalencia de exceso de peso (sobrepeso + obesidad) en la región europea de la OMS es del 29% (31% niños; 28% niñas). Existe una gran variabilidad entre países, observando las **prevalencias de exceso de peso más altas** en algunos países mediterráneos [Chipre (niños 47,9%, niñas 39,0%), Grecia (niños 43,9%, niñas 40,4%), Italia (niños 41,3%, niñas 36,4%) y España (niños 38,4%, niñas 39,3%)]. Aunque en la mayoría de países la prevalencia de exceso de peso es superior en niños que en niñas, en España la prevalencia de exceso de peso las niñas sigue siendo ligeramente superior a la de los niños. Las prevalencias más bajas se observan en Tadjikistán (6%), Dinamarca (19%) e Israel (19%).

La prevalencia de **obesidad** en la región europea de la OMS es del 12% (14% niños; 10% niñas), siendo los **países mediterráneos** nuevamente los **más afectados** [Chipre (niños 24,1%, niñas 15,3%), Grecia (niños 20,8%, niñas 13,3%), Italia (niños 20,5%, niñas 13,8%) y España (niños 17,8%, niñas 14,2%)]. En la inmensa mayoría de países, incluido España, la prevalencia de obesidad es superior en niños que en niñas. Las prevalencias más bajas se observan en Tadjikistán (1%) y Dinamarca (6%).

En relación a los **cambios respecto a la primera ronda** (2011 en el caso de España), en algunos de los países mediterráneos con las prevalencias más altas, como España, Grecia, Portugal o Italia, en ambos sexos se observa una **reducción en la prevalencia de exceso de peso y obesidad**. Con respecto a la cuarta ronda (2015-2017), en la mayoría de países, incluyendo España, no se han producido cambios estadísticamente significativos en las prevalencias,



aunque a nivel de toda la región tanto la prevalencia de obesidad como la de exceso de peso han aumentado ligeramente en ambos sexos, aunque este no es el caso de España.

## Hábitos alimentarios

**Desayuno:** El 75% de los escolares de la quinta ronda de COSI desayuna a diario (máx: 94%; mín: 44%). En España el porcentaje es del 68%, inferior al de rondas previas ya que la forma de preguntar por el hábito del desayuno ha cambiado en ALADINO 2019 por lo que los resultados no son directamente comparables.

**Consumo de fruta:** Solo el 43% de los escolares de la región europea consume fruta a diario (máx: 63%; mín: 23%), siendo el 37% en el caso de España. El aspecto positivo es que el consumo de fruta a diario de los escolares españoles ha mejorado desde el estudio ALADINO 2015 (cuarta ronda COSI) donde era de un 29%.

**Consumo de hortalizas:** El consumo diario de hortalizas es también bajo, observándose solo en el 34% de los escolares de la quinta ronda de COSI (máx: 57%; mín: 13%), siendo especialmente bajo en España (13%). El consumo diario de hortalizas ha aumentado ligeramente desde el 9% registrado en ALADINO 2015 (cuarta ronda COSI).

**Consumo de refrescos  $\geq$  4 veces/semana:** El 22% de los escolares de la región europea consume refrescos 4 o más veces a la semana (máx:41%; mín: 2%), siendo muy inferior en el caso de España (4%, uno de los más bajos de la región europea).

## Hábitos de actividad física, tiempo de pantallas y sueño

### Desplazamiento al colegio

El 41 % de los escolares se desplazan de forma activa (andando, bicicleta o patinete) al colegio en la región europea (máx: 98%; mín: 6%). En España el porcentaje asciende al 49% y es superior a los que se desplazan en vehículo motorizado (41%).

### Tiempo de práctica de deportes o baile

De media, el 53% de los escolares participantes en la quinta ronda de COSI dedican al menos 2 horas a actividades deportivas o de baile (máx: 86%; mín: 27%). En el caso de España este porcentaje es del 67% y es muy superior al porcentaje de los que nunca practican estas actividades (27%).

### Tiempo dedicado a jugar de forma activa/vigorosa

El 87% de los escolares de la región europea dedican al menos una hora al día a jugar de forma activa/vigorosa (máx: 96%; mín: 65%). En España está ligeramente por debajo de la media de los países de la región europea (75 %).

### Tiempo de pantalla

En la quinta ronda, el 43% de los escolares dedica al menos 2h al uso de pantallas como televisión, ordenador, tablet o consola (máx: 74%; mín: 18%), siendo en España este porcentaje notablemente menor (27%).



## Conclusiones

El sobrepeso y la obesidad infantiles observadas en 2019 indican que el exceso de peso continúa siendo un problema de salud pública en España, por lo que, a pesar del descenso observado desde 2011, sigue siendo necesario reducir aún más la prevalencia de exceso de peso entre los escolares españoles, con especial atención a las poblaciones más vulnerables.

El consumo diario de frutas y, especialmente, de hortalizas de los escolares españoles en 2019 sigue siendo bajo en relación a la mayoría de países de la región europea, aunque ha aumentado ligeramente con respecto a ediciones previas. El hábito de desayunar a diario también tiene margen de mejora. Por otro lado, la frecuencia de consumo de refrescos de los escolares españoles es más bajo que la mayoría de países de la región europea.

El porcentaje de escolares españoles que realizan actividades deportivas o de baile es elevado con respecto a otros países, a diferencia del porcentaje de escolares que juegan de forma activa o vigorosa una o más horas al día, que está por debajo de la media de la región europea. El porcentaje de escolares españoles que pasan 2 o más horas a diario delante de pantallas es inferior a la mayoría de países de la región europea.

## Implicaciones para las políticas de nutrición y actividad física

Desde el punto de vista de las políticas, existen varias **áreas de intervención identificadas como por la OMS como prioritarias** para ayudar a prevenir la obesidad y el sobrepeso entre los niños y niñas de la región europea de la OMS.

Las intervenciones en las **escuelas** para promover dietas saludables y actividad física pueden ayudar a garantizar que los niños de todos los entornos socioeconómicos tengan acceso a alimentos saludables y a entornos que fomenten la actividad física.

Adicionalmente, los gobiernos tienen la responsabilidad de garantizar que los niños y niñas tengan un comienzo saludable en la vida, y esa labor requiere la **coordinación entre muchos sectores e instituciones para fomentar un entorno no obesogénico** mediante programas integrales que promuevan y refuercen:

- ✓ la ingesta de alimentos saludables y reduzcan la ingesta de alimentos poco saludables y bebidas azucaradas por parte de los niños y adolescentes.
- ✓ la actividad física y reduzcan los comportamientos sedentarios en niños y adolescentes.
- ✓ las orientaciones sobre la prevención de las enfermedades no transmisibles y las integren en las actuales orientaciones sobre la atención preconcepcional y prenatal.
- ✓ la orientación y apoyo para una dieta saludable, el sueño y la actividad física en la primera infancia.
- ✓ entornos escolares saludables, conocimientos sobre salud y nutrición, y actividad física entre los niños en edad escolar.
- ✓ servicios multidisciplinares basados en la familia sobre el estilo de vida y el control del peso para los niños y jóvenes que viven con obesidad.



Algunas **recomendaciones específicas** para las **políticas de [nutrición](#) y [actividad física](#)** derivadas de los resultados de la quinta ronda COSI son las siguientes:

- Para promover un entorno saludable:
  - Aplicar un etiquetado interpretativo en la parte delantera de los envases.
  - Incentivar la reformulación de los alimentos altos en sal, grasas y azúcar.
  - Aumentar el acceso a los alimentos saludables, en particular para grupos de población con menos recursos.
  - Establecer normas sobre la calidad nutricional de la oferta alimentaria en las escuelas y eliminar el suministro de determinados alimentos y bebidas poco saludables, garantizando el acceso a agua potable gratuita.
  - Aplicar un impuesto efectivo sobre las bebidas azucaradas.
  - Disminuir la presión publicitaria sobre niñas y niños de alimentos y bebidas poco saludables.
- Para diseñar y evaluar las políticas:
  - Mantener sistemas de vigilancia continua, como la iniciativa COSI / estudio ALADINO para obtener periódicamente datos de calidad de peso y talla, sobre hábitos alimentarios y de actividad física y sobre entornos alimentarios, la familia y la escuela para evaluar los efectos de las políticas y estrategias - con desglose por género y nivel socioeconómico.
- Promover la actividad física a través de diversos medios:
  - En las escuelas, disponibilidad y accesibilidad de patios de recreo seguros, educación física de calidad y adecuada a la edad, formando al personal para que ofrezca pautas activas e invirtiendo en rutas seguras para caminar y montar en bici y facilitar el transporte activo.
  - Disponibilidad de espacios públicos abiertos e instalaciones recreativas, fomento de la colaboración entre los sectores del deporte, la salud y la educación para promover la actividad física fuera de la escuela, enfoques de “deporte para todos” con planes de incentivos para los niños de los grupos socioeconómicos bajos.
- Proporcionar recomendaciones claras de salud pública sobre la práctica de actividad física y el tiempo frente a la pantalla, incluso para los niños más pequeños.

## **Intervenciones en España para reducir el sobrepeso y la obesidad infantil a partir de los resultados del estudio ALADINO**

El Ministerio de Consumo desarrolla, a través de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, toda una serie de intervenciones en las áreas de trabajo identificadas por la OMS para promover y facilitar una alimentación variada y equilibrada y la práctica de la actividad física.



Así durante 2022 se han desarrollado acciones específicas dirigidas a la infancia y adolescencia, mediante la tramitación de dos importantes proyectos normativos para mejorar la oferta alimentaria en el entorno escolar y para reducir la presión de la publicidad de alimentos y bebidas: el [“Proyecto de Real Decreto para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos y otros centros dependientes de las Administraciones Públicas”](#) y el [“Proyecto de Real Decreto sobre regulación de la publicidad de alimentos y bebidas dirigida al público infantil”](#).

Previamente, se habían venido desarrollado otras actuaciones en línea con las recomendaciones de la OMS como la puesta en marcha del [“Programa 16 de Control de menús escolares, máquinas expendedoras y cafeterías de los centros escolares”](#) dentro del Plan Nacional de Control Oficial de la Cadena Alimentaria 2021-2025 de la AESAN, o el incremento del Impuesto sobre el Valor Añadido (IVA) de las bebidas con azúcares y edulcorantes añadidos al 21% (Ley 11/2020, de 30 de diciembre, de Presupuestos Generales del Estado para el año 2021.)

Por otra parte, y en un ámbito de actuación más general, en 2022 el Comité Científico de la AESAN ha aprobado las [recomendaciones dietéticas sostenibles y de actividad física para la población general](#) basadas en la evidencia científica más reciente, que promueven una alimentación basada principalmente en alimentos frescos, el incremento del consumo de productos vegetales y de grano entero, la reducción del consumo de productos de origen animal y alimentos transformados y la práctica de actividad física en todas las edades, incluidos los niños y niñas más pequeños.

Respecto a los alimentos transformados, las principales actuaciones en curso son la evaluación del [Plan de reformulación de alimentos y bebidas 2020](#) (PLAN), que muestra una reducción del contenido en azúcar, sal y grasas en más de 3.000 productos de 57 subcategorías de alimentos y bebidas y la mejora de la oferta alimentaria fuera del hogar. Esta evaluación permitirá sentar las bases para avanzar en futuras políticas de reformulación.

Por último, la AESAN participa activamente en la gobernanza del [etiquetado nutricional frontal Nutri-Score](#), que recientemente ha aprobado una revisión del algoritmo de cálculo para el etiquetado de alimentos sólidos para sólidos, que permitirá una mejor discriminación de los alimentos con alto contenido en azúcar, sal y grasas, facilitando la elección de los productos más saludables.