



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Escuela de Nutrición de la UCR hace un llamado a instituciones públicas para realizar acciones en beneficio de la población

# Sobrepeso y obesidad amenazan la salud de más de 118.000 escolares

8 MAY 2017 Salud



El ambiente familiar, escolar y comunitario con características obesogénicas, contribuye al problema del exceso de peso infantil que enfrenta actualmente nuestro país. De ahí la necesidad de sumar esfuerzos para ejecutar acciones coordinadas que permitan trabajar de acuerdo con las necesidades de las comunidades. Laura Rodríguez Rodríguez

**La existencia de sobrepeso y obesidad infantil en más de 118.000 escolares que reveló la primera encuesta de [Peso y Talla 2016](#) realizada en el país, se debe a una serie de problemas nutricionales asociados a la falta de acceso a alimentos nutritivos, la pobre**

educación nutricional y a un entorno que favorece la adopción de patrones de alimentación insanos.

Así lo indicó el pronunciamiento de la Escuela de Nutrición ([ENU](#)) de la Universidad de Costa Rica (UCR) publicado el 07 de mayo sobre la salud y la nutrición actual del país.

En el documento, la **Escuela de Nutrición señala que el aumento del sobrepeso y la obesidad en los niños y niñas de edad escolar es una situación alarmante, misma que se ha ido evidenciado en las investigaciones que ha realizado esta unidad académica desde hace más de diez años.**

De igual manera, **esos mismos estudios han logrado percibir una evolución negativa en los patrones de alimentación**, cuya tendencia general ha sido el abandono de la lactancia materna, así como la sustitución de la alimentación tradicional rica en nutrientes por alimentos industrializados que se caracterizan por su alta presencia en grasas, azúcares y carbohidratos refinados.

De acuerdo con la Dra. Rocío González Urrutia, docente de la Escuela, la situación alimentaria que vive el país afecta gravemente la salud y la calidad de vida de las nuevas generaciones. En esto participa activamente el entorno escolar y el comunitario, donde se promueven comidas poco saludables y el incremento en la cantidad de tiempos de alimentación.



Ante la situación actual de sobrepeso y obesidad que vive el país, es necesario recomendar a las instancias pertinentes el fortalecimiento de la estructura nacional, regional y local, del Programa Nacional de Nutrición y Salud Escolar, para mejorar las acciones intersectoriales en el monitoreo del estado nutricional de la población. Laura Rodríguez Rodríguez

“Investigaciones de la Escuela de Nutrición muestran un exceso en los tiempos de comida de los niños y niñas en edad escolar. Un día normal tiene cinco tiempos de comida. Sin embargo, ahora los menores tienen esos cinco tiempos de comida antes del mediodía. Si

le sumamos la merienda de la tarde y la cena, la cantidad de alimento que están recibiendo es mayor de la que necesita su organismo para su edad”, afirmó la especialista.

Por otro lado, **los datos del censo también evidenciaron un cambio importante en los indicadores socio-económicos de pobreza que anteriormente estaban vinculados con la presencia de hambre.** Según las últimas cifras, ahora el exceso de peso está presente tanto en comunidades consideradas de ingresos muy bajos como de niveles socio-económicos altos, lo que pone en peligro el bienestar de un mayor número de infantes.

“Las investigaciones desde hace muchos años han señalado que la obesidad y el sobrepeso es el principal factor predisponente para las llamadas enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes, la hipertensión y los padecimientos cardiovasculares. El problema de tener un incremento en la obesidad infantil, es que eso también predispone a estos niños y niñas a empezar a tener una problemática en salud que antes solo veíamos en personas ya mayores, y por lo tanto, deteriora la calidad de vida que puedan tener a futuro”, señaló.

## Mucho por mejorar

A pesar de los avances importantes en materia de regulación de la venta de alimentos en las sodas de centros educativos públicos, **la experiencia docente por más de 35 años de la Escuela de Nutrición de la UCR, y los análisis realizados al día de hoy, han revelado que las acciones de monitoreo no han sido suficientes para impedir la oferta formal e informal de alimentos dentro y alrededor de las escuelas.**

En algunas ocasiones, quienes favorecen una alimentación poco saludable en el ambiente escolar son los mismos padres de familia, así como docentes y comerciantes.



De acuerdo con la Escuela de Nutrición, actualmente los alimentos consumidos en las meriendas, indistintamente si son traídas de casa o compradas en la soda/ventas escolares, son en su mayoría alimentos preenvasados, con alto contenido de grasa, azúcares, sodio, y deficientes en nutrientes críticos para esta etapa de vida.

---

“Los alimentos consumidos en las meriendas, indistintamente si son traídas de casa o compradas en la soda, son en su mayoría alimentos preenvasados, con alto contenido de grasa, azúcares, sodio, y deficientes en nutrientes críticos para esa etapa de vida. Hay un elevado consumo de bebidas altamente azucaradas y una baja o nula ingesta de agua, fruta y vegetales”, menciona la Escuela en su pronunciamiento.

De igual forma, existe insuficiencia de personal profesional en Nutrición en los programas de alimentación orientados a menores de edad, no solo en instituciones públicas, sino también en establecimientos privados que brindan alimentación como centros educativos, guarderías y comedores comunitarios.

“Los programas de atención primaria y de alimentación complementaria dirigidos a la población materno infantil y escolar en pobreza o riesgo como el Programa [CEN-CINAI](#), y el [Programa de Alimentación Escolar](#), entre otras acciones ejemplares de la región, tuvieron sus frutos con mejores indicadores de salud y nutrición. Sin embargo, actualmente se necesita fortalecer la planificación y optimización de los recursos, la alimentación ofertada vista desde la calidad nutricional y no de cantidad servida”, explica el documento.

## Convocatoria urgente

Ante esta situación que vive el país, la **Escuela de Nutrición de la UCR exhortó a las instituciones públicas, organizaciones e instancias que velan por el bienestar de la población infantil y juvenil, a profundizar en el análisis de forma integral de la situación alimentaria y nutricional de la población.**

Así mismo, hizo un llamado al [Ministerio de Salud](#), al [Ministerio de Educación](#) y a la Caja Costarricense del Seguro Social ([CCSS](#)) para la convocatoria urgente a un debate nacional. Con esto, se busca transformar el ambiente alimentario en el entorno educativo, regular la publicidad de alimentos y mejorar los procesos educativos hacia los escolares de modo que incentiven la promoción de dietas sostenibles, nutritivas y sanas.

Para leer el pronunciamiento completo puede ingresar [aquí](#).

[Pronunciamiento de la Escuela de Nutrición en relación con el sobrepeso y obesidad infantil](#)





[Jennifer Jiménez Córdoba](#)  
Periodista Oficina de Divulgación e Información  
[jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr](mailto:jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [salud](#), [sobrepeso](#), [obesidad](#), [nutricion](#), [censo peso y talla 2017](#).