

A C T A S

DE LAS JORNADAS INTERNACIONALES
DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

G A N A S A L U D

2 7 - 2 9 N O V I E M B R E 2 0 0 6



La Suma de Todos



CONSEJERÍA DE DEPORTES
Comunidad de Madrid

www.madrid.org



D. Juan Manuel Ballesteros Arribas, Agencia Española de Seguridad Alimentaria Ministerio de Sanidad y Consumo (España)

D. Juan Manuel Ballesteros ocupa el cargo de Vocal Asesor de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria desde agosto de 2004. Previamente trabajó durante tres años como Jefe del Servicio de Bromatología y Seguridad Alimentaria del Hospital Central de la Defensa "Gómez Ulla" de Madrid y otros tres años en el Servicio de Higiene de los Alimentos del Centro Militar de Veterinaria, donde llegó después de trabajar durante varios años como veterinario en diferentes unidades militares.

Ha sido asesor en materia de nutrición y alimentación de la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU); profesor invitado de la Escuela Nacional de Sanidad; profesor asociado de la Escuela Militar de Sanidad y vocal del comité de redacción de la revista científica "Medicina militar".

Se licenció en Veterinaria por la Universidad Complutense de Madrid en 1991. Posteriormente completó su formación con un Máster en Salud Pública por la Escuela Nacional de Sanidad de Madrid (1999-2000) y el título de Especialista en Bromatología e Higiene de los Alimentos por la Escuela Militar de Sanidad de Madrid (1998-2001). Actualmente esta terminando la licenciatura en Ciencia y Tecnología de los Alimentos en la Universidad Complutense de Madrid.

A lo largo de su carrera profesional ha publicado diversos trabajos sobre seguridad alimentaria y salud pública y ha intervenido como ponente en numerosos cursos y congresos, nacionales e internacionales, habiendo obtenido varios premios por comunicaciones presentadas en diferentes congresos.

D. Juan M. Ballesteros Arribas

Agencia Española de Seguridad Alimentaria. Ministerio de Sanidad y Consumo

La Estrategia de Nutrición, Actividad Física y prevención de la Obesidad (NAOS)

Nos encontramos frente a una de las grandes amenazas para la salud en el siglo XXI y así lo ha reconocido la Organización Mundial de la Salud (OMS) al declarar que la obesidad ha alcanzado caracteres de epidemia de distribución mundial, cifrando en más de mil millones el número de personas que padecen sobrepeso y en unos 300 millones el número de obesos. Ninguna otra enfermedad alcanza esta magnitud en el mundo actual.

En España, la prevalencia media estimada de obesidad en adultos es de un 14,5% y de nada menos que un 37% de sobrepeso. Esto es, uno de cada dos adultos pesa más de lo recomendable.

Pero si la situación es preocupante en el conjunto de la población, es en niños y adolescentes donde se alcanzan cifras realmente alarmantes, habiéndose triplicado en apenas dos décadas el número de niños obesos. Según el estudio enKid, la prevalencia actual de obesidad infantil es del 13,9% y si a este porcentaje le sumamos el número de niños con sobrepeso podemos afirmar que uno de cada cuatro niños españoles tiene exceso de peso (26,3%), iniciándose este sobrepeso en edades cada vez más tempranas.

Combatir la obesidad no es sólo importante en términos de Salud Pública, sino que contribuirá también a reducir a largo plazo los costes para los servicios sanitarios y a estabilizar las economías. En España, el coste de la obesidad se calcula en 2.500 millones de euros anuales, lo que representa aproximadamente el 7% del

gasto sanitario total. A nivel individual, distintos estudios señalan que el gasto médico anual de un adulto obeso es un 36% superior y los de medicación un 77% mayor que los de una persona con un peso recomendable.

Por ello, desde la Agencia Española de Seguridad Alimentaria (AESAs) hemos abordado este problema de una forma decidida a través del lanzamiento, en febrero de 2005, de la Estrategia NAOS, acrónimo que corresponde a las iniciales de Nutrición, Actividad física, prevención de la Obesidad y Salud. La Estrategia NAOS ha nacido con el objetivo de sensibilizar a la población del problema que la obesidad representa para la salud y de reunir e impulsar todas aquellas iniciativas que contribuyan a lograr que los ciudadanos, y especialmente los niños y jóvenes, adopten hábitos de vida saludables.

Puede afirmarse que el éxito inicial de la Estrategia NAOS ha consistido básicamente en haber logrado unos niveles de sensibilización y concienciación de muy diversos sectores sociales en un plazo de tiempo verdaderamente corto. También se debe a la puesta en marcha de ciertos programas y acciones concretos que repasaré a continuación. Estos logros derivan, sin duda, de la implicación en la Estrategia de esos mismos sectores sociales, reflejada no sólo en declaraciones programáticas de cara a la galería sino en la aceptación de ciertos compromisos que están empezando a ser cumplidos. La Estrategia se ha visto pues catapultada por el potente resorte que puede llegar a suponer la cooperación de los sectores privados con el sector público cuando sus intereses no están sistemáticamente contrapuestos.

En el ámbito familiar y comunitario, donde los niños adquieren los hábitos que tan difícil será cambiar cuando se conviertan en adultos, nuestro objetivo es crear un estado de opinión favorable, educar a los ciudadanos sobre cómo llevar una vida sana y, al mismo tiempo, facilitar las estructuras y servicios adecuados que propicien mejores hábitos alimentarios y la práctica regular de actividad física.

Con la intención de sensibilizar a los ciudadanos sobre la importancia que la obesidad representa para su salud e inculcar hábitos saludables desde la infancia, el Ministerio de Sanidad ha realizado ya dos campañas de comunicación sobre prevención de la obesidad que se han reforzado con la edición y distribución de más de 100.000 ejemplares de un manual titulado “La alimentación de tus niños”.

Pero queremos llegar a todos los segmentos de la sociedad, que la lucha contra la obesidad se convierta en una auténtica preocupación social. Por ello, hemos firmado varios convenios de colaboración con diferentes asociaciones y empresas que nos han permitido efectuar acciones divulgativas con un amplio impacto y difu-

sión, como las campañas realizadas con la Liga de Baloncesto Profesional (ACB), Walt Disney televisión, la cátedra Ferrán Adriá, Carrefour y un largo etcétera.

Y no nos hemos olvidado de las Corporaciones locales quienes, por su proximidad a los ciudadanos, constituyen la plataforma más oportuna para aplicar políticas integrales que abarquen la sanidad, la educación, el urbanismo y donde se imbriquen todos los agentes sociales implicados en la solución a este gran reto para la sociedad española.

Para estimular la aplicación de políticas locales en línea con la Estrategia NAOS, en octubre celebramos un congreso en Santander cuya primera consecuencia ha sido la presentación de la llamada “Declaración de Santander sobre prevención de la obesidad en el ámbito local” donde los representantes de las Corporaciones locales se comprometen a promover la salud de las personas mediante una alimentación saludable y la práctica habitual de actividad física, conforme a las recomendaciones de la Estrategia NAOS.

El ámbito escolar es prioritario, por su carácter educativo y el tiempo que los alumnos permanecen en la escuela, por lo que constituye uno de los lugares más eficaces para modificar los estilos de vida de niños y adolescentes.

Recientemente hemos puesto en marcha un programa piloto, denominado Perseo, que pretende inculcar hábitos alimentarios saludables y estimular la práctica habitual de actividad física entre los niños. Este programa dirigido al alumnado de educación primaria, de entre 6 y 10 años, incluye intervenciones en 72 centros escolares seleccionados de las Comunidades Autónomas de Andalucía, Canarias, Castilla y León, Extremadura, Galicia, Murcia y las Ciudades Autónomas de Ceuta y Melilla.

El programa cuenta con la participación de los profesores, las asociaciones de padres y los profesionales sanitarios e incluirá diversas acciones para aumentar y difundir el conocimiento en materias relacionadas con la prevención de la obesidad, la alimentación adecuada y la promoción de la actividad física en los escolares. En la mitad de los centros se pondrán en marcha las medidas que constituyen la intervención y la otra mitad servirá como control. Si, como esperamos, la intervención demuestra tener unos resultados positivos, en una segunda fase extendemos la intervención a los centros de las demás comunidades autónomas.

La Estrategia NAOS también contempla, entre sus objetivos, propiciar un marco de colaboración con las empresas del sector alimentario para promover la producción y distribución de productos que contribuyan a una alimentación más sana. Con este objetivo, se han firmado siete convenios de colaboración con diferentes sec-

tores empresariales del ámbito de la alimentación para estimular la puesta en el mercado de productos que contribuyan a una mejor alimentación.

Tenemos el compromiso de la industria alimentaria de reducir, de manera progresiva, el contenido en sal, azúcares y grasas en sus productos. De hecho, ya hay una larga lista de empresas y sectores que, de forma voluntaria, han iniciado la reformulación de sus productos y hemos organizado un grupo de trabajo, conjuntamente con la Federación Española de Industrias de la Alimentación y Bebidas, para afrontar de forma coordinada la disminución de estos tres nutrientes en la composición de los distintos grupos de alimentos.

También somos conscientes de que un exceso de presión publicitaria puede condicionar el consumo infantil y, por esta razón, el pasado 15 de septiembre entró en vigor el “Código de autorregulación de la publicidad de alimentos y bebidas dirigida a menores” (Código PAOS), que pretende establecer limitaciones en la promoción de los productos destinados a niños. El código PAOS ha sido suscrito por las 35 mayores empresas de la industria alimentaria, que representan más del 70% de la inversión publicitaria en el sector.

Este código supone un gran avance en la regulación de la publicidad infantil de alimentos, no sólo porque establece los principios que han de regir el diseño, ejecución y difusión de los mensajes publicitarios, los cuales van a precisar y ampliar lo que establece la legislación vigente, sino también porque fija los mecanismos que garantizarán el control y la aplicación de estas normas. Es la primera vez que en Europa se pone en marcha una iniciativa de este tipo, y confiamos en que pronto podamos anunciar las consecuencias positivas que ha tenido esta medida.

Por último, no me olvido del ámbito sanitario donde vamos a poner en marcha los mecanismos que permitan la detección sistemática del sobrepeso y la obesidad en las consultas de pediatría y atención primaria, facilitando, al mismo tiempo, consejos básicos sobre alimentación y ejercicio físico.

Para ello, está en marcha un proyecto de Real Decreto que establecerá la Cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud. En él se definen las actividades en materia de prevención y promoción de la salud, incluyendo, entre ellas, la valoración del estado nutricional y la detección precoz de la obesidad en la infancia y la adolescencia, así como la atención sanitaria protocolizada de la obesidad en aquellas personas aquejadas de esta enfermedad.

La Estrategia NAOS ha nacido con voluntad de perdurar en el tiempo. Es mucho lo que hemos avanzado en apenas un año pero todavía queda mucho camino por

recorrer. Para ello, debemos ser conscientes de que invertir la tendencia de la obesidad exige un esfuerzo continuo y sostenido, a medio y largo plazo, y que nadie debiera esperar la solución de este problema o, ni siquiera, un punto de inflexión para sus tendencias a menos de diez años vista.