

Concienciación escolar contra la obesidad y el sobrepeso

Por: Carme Escales. 13/03/2024

La presencia de la enfermera en los centros educativos, lamentablemente muy poco frecuente en las aulas en comparación con otros países, podría contribuir a la prevención de esta patología que afecta a uno de cada tres menores en Europa.

Casi el 60% de los adultos en el conjunto de Europa presenta sobrepeso u obesidad, y en la población infantil, uno de cada tres menores está afectado por esta condición. Estos datos provienen del informe sobre obesidad del 2022 recopilado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que también señala que la obesidad es el cuarto riesgo más común de enfermedades no transmisibles, después de la hipertensión, los riesgos dietéticos y el tabaco.

La OMS también destaca que desde la pandemia de la Covid-19 se han incrementado los casos de obesidad y sobrepeso en la población infantil y adolescente, y que estas afecciones son responsables del 7% de las discapacidades registradas cada año en Europa. Por ello, la lucha contra la obesidad es uno de los objetivos prioritarios del programa europeo de trabajo 2020-2025: United Action for Better Health.

El fomento de hábitos de vida saludables, que incluyen la práctica deportiva y una alimentación equilibrada, son la piedra angular para evitar el sobrepeso y la obesidad. Y estos son precisamente los objetivos con los que nació hace once años en Andalucía la Copa COVAP, una iniciativa educativa y deportiva dirigida a niños y niñas de diez y once años. Se trata de una competición deportiva de fútbol y baloncesto que recorre las ocho provincias andaluzas para sensibilizar sobre el problema de la obesidad a través de los valores que promueve como el trabajo en equipo, la confianza, el compromiso, la responsabilidad, la igualdad, la honestidad y el esfuerzo. Cada año participan 4000 niños y niñas.

Colaboración entre deporte y enfermería escolar

Basándose en el estudio 'A primary-school-based study to reduce the prevalence of

childhood obesity', liderado hace diez años desde la Universidad Rovira i Virgili, enfermeros andaluces apuestan por la figura de la enfermera escolar como profesional sanitaria que juega un papel fundamental en la divulgación de buenos hábitos. Explican que la enfermera escolar tiene la ventaja de poder realizar su labor directamente desde el mismo centro educativo, contribuyendo así a la prevención y a la reducción de la incidencia del sobrepeso y la obesidad tan presentes en la actualidad.

La investigación de la Universidad Rovira i Virgili, que es tomada como referencia desde la enfermería andaluza y la Copa COVAP, trabajó durante veintiocho meses con 1.222 alumnos de veinticuatro escuelas. En las escuelas donde se implementaron programas de concienciación sobre buenos hábitos alimentarios y práctica deportiva, en la ciudad de Reus, la tasa de prevalencia de obesidad se redujo un 2,36%. En cambio, en el grupo de escuelas de control -en Cambrils, Salou y Vila-seca-, en las cuales no se aplicó ningún programa, la prevalencia aumentó un 2,03%. En las escuelas donde se hizo intervención, esta la llevaron a cabo agentes de promoción de la salud (Health promoting agents, HPAs), en este caso fueron estudiantes universitarios que cumplieron esta función.

De aquí que los impulsores de la Copa COVAP y enfermeros andaluces piensen en el beneficio del trabajo de las enfermeras escolares para realizar esta tarea de prevención y acompañamiento en la reducción de la obesidad y el sobrepeso en los alumnos. Pero, para poder validar esta intervención de la enfermería, lo primero que se necesita es que se cumplan las ratios de enfermeras en centros escolares.

En este sentido, M^a Eugenia Fernández, miembro del grupo de enfermeras escolares del Consejo Andaluz de Colegios de Enfermería, explica “que actualmente hay una enfermera escolar por cada 6.685 estudiantes, una cifra que va en aumento, pero que está lejos de la recomendación de una enfermera por cada 750 alumnos de la Asociación Internacional de Enfermeras Escolares (SNI) y la International Association of School Nurses & Health Promotion (ISNA)”. Según explica la especialista, “la detección precoz es esencial. La obesidad infantil puede derivar en otras patologías como la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares y pulmonares o depresión”.

Tal como explican desde la Asociación Catalana de Enfermería y Salud Escolar, “la escuela se convierte, como agente de socialización de gran importancia en la vida de los niños, en el lugar ideal donde enfermeros y enfermeras escolares pueden

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: El diario de la educación

Fecha de creación

2024/03/13