

Mato quiere que los niños hagan en el «cole» una hora diaria de deporte

► Sanidad negocia ampliar el tiempo obligatorio de dos a cinco horas semanales

N. RAMÍREZ DE CASTRO
MADRID

La ministra de Sanidad, Ana Mato, tiene un plan para luchar contra la obesidad infantil y pasa por aumentar el tiempo de deporte obligatorio en todos los colegios: de las dos horas a la semana obligatorias actuales a cinco, una hora diaria de gimnasia. De momento, solo es una propuesta que ha lanzado Mato al ministro de Educación, José Ignacio Wert. La intención de Sanidad es encajar esa hora diaria de ejercicio dentro del horario lectivo de los alumnos, aunque Educación aún no ha dado luz verde.

La ministra hizo este anuncio en el mejor de los auditorios, durante la clausura de la VI Convención NAOS, la estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad. Este proyecto se puso en marcha hace siete años para impulsar iniciativas que ayuden a adoptar hábitos de vida saludable y reducir las tasas de obesidad, sin mucho éxito. Hoy las cifras de sobrepeso en la infancia, tal y como recordó Ana Mato, son «dramáticas».

Los últimos datos indican que hasta un 45 por ciento de los niños de 6 a 9 años sufre exceso de peso, el 26% sobrepeso y el 19% obesidad. España se sitúa entre los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo (OCDE) donde este problema de salud pública está más extendido. Y la previsión es que la obesidad aumente al menos un 7% en 2020.

Sanidad quiere actuar también en la dieta a través de la publicidad. En el mismo acto anunció que están trabajando en una nueva regulación de la publicidad de alimentos y bebidas dirigidas a niños y jóvenes, que se ampliará hasta los 16 años. Las restricciones también alcanzarán a inter-



Un niño juega durante la clase de gimnasia en Gijón

JOAQUÍN PAÑEDA

Cifras «dramáticas»

45% niños
de 6 a 9 años tienen exceso de peso. El 26% sobrepeso y el 19% obesidad, unas cifras «dramáticas», según Sanidad.

13 años
Un tercio de los menores de entre 13 y 14 años pesan más de lo normal. Y la previsión es que la obesidad aumente en España un 7 por ciento en 2020

net. «El desarrollo de las nuevas tecnologías nos obliga a proteger a los menores, garantizando que los contenidos publicitarios a los que acceden a través de la red sean seguros y no induzcan a engaño ni a comportamientos peligrosos para su salud», explicó.

En esta guerra al sobrepeso, Sani-

dad cree que será «clave» la puesta en marcha del Observatorio de la Nutrición y de Estudio de la Obesidad. Su futuro presidente será el cardiólogo Valentín Fuster, director general del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC) y director Cardiovascular del hospital Mount Sinai de Nueva York (EE.UU.).

Desde pequeños

Fuster lleva años implicado en la prevención infantil de la obesidad en Estados Unidos y en Colombia con la ayuda de los teleñecos de Barrio Sésamo. Entre juegos y risas, el cardiólogo enseñaba hábitos saludables a los niños colombianos convirtiéndose en el doctor Ruster, un teleñeco que en 16 capítulos enseñaba a los niños qué es el corazón, cómo funciona, para qué sirve y cómo hay que cuidarlo. Allí demostró que bastaban 40 horas de educación saludable en niños de 4 a 6 años para conseguir resultados «impresionantes». Esos beneficios se mantenían a medida que los chavales crecían. El programa que quiere poner en marcha en España también busca inculcar en los más pequeños los mismos principios.