
La Estrategia NAOS. Trayectoria y principales líneas de intervención en prevención de la obesidad infantil.

T. Robledo de Dios

Directora Ejecutiva de la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición.

Todos los organismos e instituciones sanitarias mundiales y europeas han puesto de relevancia que el sobrepeso y la obesidad son serios y crecientes problemas con gran impacto tanto en la salud como en la carga económica, ya que de ellos se derivan muchas enfermedades crónicas relacionadas con el peso, alimentación y sedentarismo (diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares, cáncer, etc.), consumen presupuestos sanitarios (el 7% en la UE) y generan otros costos más indirectos resultantes de la pérdida de productividad debido a problemas de salud y muerte prematura.

En este sentido, la obesidad infantil sigue siendo un importante problema de salud pública en todo el mundo, debido a las potenciales consecuencias que puede tener en la salud, y a su elevada prevalencia a nivel mundial. En España la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil es elevada, tal y como ocurre con los países del sur de Europa y también con otros países de nuestro entorno europeo.

El aumento de la esperanza de vida, las mejoras en salud pública y atención sanitaria, así como la adopción de determinados estilos de vida han condicionado que, en la actualidad, el patrón epidemiológico dominante en nuestro País esté representado por las enfermedades no transmisibles o crónicas. En este sentido, la obesidad, crece en una población cuyos estilos de vida están cambiando continuamente, favoreciendo el sedentarismo y una dieta poco equilibrada, con bajo consumo de frutas y verduras, un elevado consumo en sal, grasas y azúcares añadidos y con una calidad nutricional cada vez más alejada de nuestra tradicional dieta mediterránea.

La obesidad tiene etiología multifactorial: factores genéticos y ambientales. Sin embargo, son los factores ambientales los que más contribuyen a explicar el incremento en la prevalencia de la obesidad que se ha producido en

los últimos años, ya que la base genética de la población no puede haberse modificado de forma tan rápida.

Aunque en ocasiones se incide en los hábitos de alimentación como casi el único factor modificable para el desarrollo de sobrepeso y obesidad, dado que es el balance energético el que determina este hecho, la realización de actividad física de forma regular, y adaptada a cada individuo es tan importante como la alimentación.

La práctica del deporte y de la actividad física a lo largo de la vida aporta beneficios sostenidos, ayuda a mantener un peso corporal adecuado y, junto a una alimentación variada, equilibrada y moderada, conduce a reducir también la obesidad y patologías relacionadas. De hecho, según la Organización Mundial de la Salud, la dieta saludable y la actividad física suficiente y regular son los principales factores de promoción y mantenimiento de una buena salud durante toda la vida e interaccionan positivamente.

La estimación de la obesidad infantil conlleva grandes problemas metodológicos porque no existe un consenso acerca de qué puntos de cortes o valores de referencia emplear a la hora de definirla, por ello, España está colaborando con la OMS en una Iniciativa de Vigilancia Epidemiológica de la Obesidad Infantil en la Región Europea de la OMS, denominada Iniciativa COSI, en la que en el momento actual participamos 24 de los 53 Estados Miembros. En este marco hemos realizado dos estudios Aladino, en 2011 y en 2013, cuyos datos hemos publicado muy recientemente. Al tratarse de dos estudios realizados con la misma metodología, podemos valorar tendencia.

En Aladino 2013 la prevalencia de exceso de peso (sobrepeso+obesidad) en niños y niñas de 7 y 8 en España es del 43 % (24,6 % con so-

bre peso y 18,4 % con obesidad), dos puntos por debajo de la prevalencia encontrada en 2011 en los mismos grupos de edad.

Aunque los datos siguen siendo alarmantes, son al mismo tiempo esperanzadores, puesto que suponen una ligera disminución de las prevalencias de sobrepeso y obesidad con respecto a las halladas en el estudio de 2011. Esto significaría que en el peor de los casos estaríamos ante una estabilización (si no se confirma la tendencia decreciente) en dichas prevalencias, lo que en un problema de fondo como la obesidad infantil constituye un logro importante. No obstante, es evidente para nosotros que hablamos de estabilización a niveles muy elevados, por lo que hay que continuar redoblando esfuerzos en materia de prevención de la obesidad infantil, con el objetivo final de invertir la tendencia.

Por lo tanto, es necesario mantener los esfuerzos coordinados entre todas las instituciones y sectores de la sociedad, que deben conducirnos a confirmar que las cosas se están haciendo bien, y que la obesidad infantil es una batalla que se puede, entre todos, ganar con tesón y trabajo.

La Estrategia NAOS, puesta en marcha por el Ministerio de Sanidad en el año 2005, cumple 10 años. Tiene como meta fundamental invertir la tendencia ascendente de la prevalencia de la obesidad mediante el fomento de una alimentación saludable y de la práctica de la actividad física con intervenciones en distintos ámbitos (familiar, educativo, empresarial, sanitario, laboral, comunitario), que contribuyan a provocar cambios en nuestros estilos de vida.

Su lema ¡“COME SANO Y MUEVETE”!, refleja el binomio inseparable y necesario para prevenir el sobrepeso y la obesidad y contribuir a cambios en nuestros estilos de vida.

NAOS siempre alineada y reforzada con las políticas sanitarias de ámbito europeo ha venido desarrollando acciones o intervenciones específicas con enfoques comunes, para proteger la salud más eficazmente en base a la evidencia científica, trabajando por facilitar la accesibilidad a una alimentación variada, equilibrada y más moderada tanto en consumo calórico, como en contenido de grasas, azúcares y sal, promoviendo la reformulación de productos, y la información más adecuada que facilite decisiones y elecciones más salu-

dables en el consumidor, contribuyendo a crear entornos para la adopción de estilos de vida más activos, y reduciendo la presión de la comercialización de alimentos en los niños.

Por supuesto, en sus actuaciones intentamos abarcar todo el ciclo vital, aunque priorizando medidas dirigidas a la infancia, adolescencia y con especial atención a las necesidades de los grupos socioeconómicos más vulnerables.

En el marco de los objetivos de la Estrategia NAOS, y a lo largo de sus diez años de vida, las distintas administraciones públicas, tanto a nivel estatal como autonómico y local, así como los diferentes agentes público-privado, sector empresarial, sociedades científicas, consumidores, profesionales sanitarios..., han ido sensibilizando y desarrollando medidas y programas que están contribuyendo a modificar la situación de sobrepeso y obesidad de la población española. La colaboración y coordinación con los distintos estamentos y sectores, así como con las Comunidades Autónomas, es continua y fluida y permite aprovechar y potenciar dichas iniciativas generando sinergias.

En el año 2011, la Estrategia NAOS tuvo respaldo legal con la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición. Ley que en definitiva, está determinando muchas de las actuaciones que a corto y medio plazo estamos realizando. Como por ejemplo la firma de un nuevo Código PAOS en diciembre de 2012 en desarrollo del artículo 45 y 46 de la mencionada ley; la creación del Observatorio de la Nutrición y Estudio de la Obesidad en enero de 2013 (artículo 38); el Informe del Comité Científico de la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN) sobre objetivos y recomendaciones nutricionales y de actividad física frente a la obesidad en el marco de la Estrategia NAOS aprobado en mayo de 2014 (artículo 36) o el documento de consenso sobre criterios para la autorización de campañas de promoción alimentaria, educación nutricional o promoción del deporte o actividad física en escuelas infantiles y centros escolares, cuyo objetivo sea promover una alimentación saludable, fomentar la actividad física y prevenir la obesidad (artículo 40.7), pendiente de su aprobación definitiva por el pleno del Consejo Interterritorial.

Seguimos muy comprometidos en la lucha contra la obesidad, con especial atención a la

población infantil y poblaciones vulnerables, reforzando y redoblando esfuerzos, impulsando programas y actuaciones en distintos ámbitos y con distintos sectores, y generando alianzas y sinergias a nivel local, nacional e internacional.

Son muchas las líneas y los planes emprendidos en estos años. Destacaría el trabajo realizado en comedores escolares y en el fomento de medidas educativas, el Programa Perseo, Activilandia, Movimiento Actívale, Plan HAVISA, seminarios, convenciones NAOS, las estrategias autonómicas, planes municipales, la evaluación sistemática y periódica tanto de las líneas emprendidas como de sus resultados, como pilar básico de todos estos programas e iniciativas, la creación del Observatorio de la Nutrición y de Estudio de la Obesidad presidido por el Dr. Fuster, el desarrollo de un conjunto mínimo de indicadores en materia de obesidad infantil y sus factores determinantes, el Programa Fifty-Fifty, el Plan de reducción del consumo de sal, las políticas de reformulación sobre nutrientes seleccionados, la disposición adicional cuarta de la Ley para la mejora de la calidad educativa, que contempla la necesidad de la práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar y un largo etc.

Durante estos años se ha logrado un nivel de concienciación ciudadana e institucional alto sobre la asociación entre exceso de peso, el sedentarismo, la salud y la prevención de la obesidad que debemos seguir manteniendo y potenciando para poder, no solo estabilizar, sino revertir la tendencia de la obesidad en los niños en los próximos años.

Pero ningún componente de la sociedad puede luchar contra la obesidad aisladamente. Ni gobiernos, ni empresas alimentarias, ni distribuidores, restaurantes, fundaciones, medios de comunicación, educadores, profesionales sanitarios, investigadores, sociedades científicas..., pueden atajar aisladamente esta epidemia.

Tal y como ocurre con el abordaje de muchos otros problemas de salud pública, su solución no pasa por una única medida única o actuación "estrella", por muy bien que se plantee y se gestione. Son problemas mucho más complejos que requieren de una estrategia global, interdisciplinaria, multisectorial y conjunta de todos los sectores implicados. Por supuesto basado en la evidencia científica, promocio-

nando medidas efectivas o de buenas prácticas, promoviendo medidas de protección de la salud, movilizand o integrando a los sectores claves y con una evaluación sistemática y periódica de las líneas emprendidas y de sus efectos.

Bibliografía

1. Estrategia NAOS. Disponible en: <http://www.naos.aesan.msssi.gob.es/>
2. Estudio ALADINO 2013: Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2013. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Madrid, 2014.
3. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Actividad Física para la Salud y Reducción del Sedentarismo. Recomendaciones para la población. Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS. Madrid, 2015.
4. The ANIBES Study on Energy Balance in Spain: design, protocol and methodology. Ruiz E, Ávila JM, Castillo A, Valero T, del Pozo S, Rodríguez P, Bartrina JA, Gil Á, González-Gross M, Ortega RM, Serra-Majem L, Varela-Moreiras G. *Nutrients*. 2015;4; 7(2):970-98.
5. Energy Intake, Profile, and Dietary Sources in the Spanish Population: Findings of the ANIBES Study. Ruiz E, Ávila JM, Valero T, Del Pozo S, Rodríguez P, Aranceta-Bartrina J, Gil Á, González-Gross M, Ortega RM, Serra-Majem L, Varela-Moreiras G. *Nutrients*. 2015, 12; 7(6):4739-62.
6. Robledo de Dios T, Dal Re Saavedra MA, Pérez-Farinós N, Villar Villaba C. Contenido en ácidos grasos trans en los alimentos en España 2010. Estrategia NAOS. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN). Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. NIPO: 690-14-012-5.
7. Organización Mundial de la Salud (OMS). Obesidad: <http://www.who.int/topics/obesity/es/>
8. Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI). Oficina para la región europea de la OMS.
9. <http://www.euro.who.int/en/what-we-do/health-topics/disease-prevention/nutrition/activities/monitoring-and-surveillance/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi>



estrategia
naos

¡come sano y muévete!