

INFÀNCIA ENQUESTA DE SALUT

El 31 per cent dels nens catalans pateix excés de pes

Quatre de cada 10 menors passen més de dos hores al dia mirant una pantalla || El 23% no consumeix fruita fresca diàriament

REDACCIÓ

LLEIDA | El 31,8% dels nens catalans d'entre 6 i 12 anys pateix excés de pes, segons dades de l'Enquesta de Salut de Catalunya (Esca) 2015, que assenyalava que en el cas dels nens el percentatge ascendeix al 35,8%, mentre que en nenes és d'un 27,5%. Segons va informar ahir el departament de Salut amb motiu del Dia Mundial de l'Obesitat, la prevalença és més elevada entre els menors de les classes socials més desfavorides. La mateixa enquesta assenyalava que quatre de cada deu nens de 3 a 14 anys tenen un estil de lleure sedentari, la qual cosa significa que passa dos o més hores cada dia mirant una pantalla. El document també adverteix que el 57,7% dels escolars de 3 a 17 anys acostuma a anar al col·legi caminant, un 10,7% hi va en transport públic i un 1,5%, amb bicicleta.

Pel que fa als hàbits en alimentació, l'enquesta destaca que només un 4,9% dels nens i adolescents menja les cinc racions de fruita i verdura al dia recomanades.

D'altra banda, un estudi de Lidl amb motiu del Dia Mundial de la Fruita apunta que el 23% dels nens a Espanya no consumeix fruita fresca diàriament, mentre que el 38% dels menors en consumeix només una vegada al dia.



Imatge d'una nena en un menjador escolar.

LES CLAUS

Alimentació. Els hàbits d'alimentació i estil de vida influeixen decisivament en l'aparició del sobrepès i l'obesitat en els nens. Segons l'Enquesta de Salut de Catalunya, només el 4,9% dels menors menja les cinc racions de fruita i verdura diàries recomanades.

Sedentarisme. Quant al lleure, quatre de cada deu nens de 3 a 14 anys tenen un estil de vida sedentari i passen més de dos hores al dia mirant una pantalla, segons l'enquesta.

Sucres. L'Organització Mundial de la Salut (OMS) va demanar ahir als governs que estableixin nous impostos per a les begudes ensucrades, que va responsabilitzar de l'augment de la diabetis, les càries i l'obesitat, una patologia amb dimensions epidèmiques en alguns països.