

Comida Chatarra, un problema gordo



En Tabasco, dos de cada 10 niños presentan obesidad y además, gastan cerca de 891 millones de pesos al año para adquirir dulces y fritangas

FRANCISCO URIBE GARCÍA
10 de enero del 2010 | 09:01



El dicho popular de que “lo que no mata engorda”, no miente. La prueba está en que la comida chatarra ha venido ganando terreno, principalmente entre los menores, y para muestra un botón: según estudios de la Secretaría de Salud, del Instituto Nacional de Nutrición y de la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), los niños tabasqueños gastan cerca de 891 millones de pesos al año en promedio para adquirir comida “chatarra” en la escuela, específicamente frituras, refrescos y golosinas.

El análisis se desprende de información aportada por estas instituciones, en donde se destaca que el gasto promedio por escolar diariamente es de alrededor de 15 pesos, sólo para comprar una bolsa de frituras, refrescos y golosinas, pero si esa suma se multiplica por los 200 días que éste asiste a la escuela, el monto equivale a 3 mil pesos por alumno.

A la hora del recreo, sólo tres por ciento de los alumnos de primaria hace alguna actividad física; el resto permanece parado o da vueltas alrededor de los puestos de antojitos y golosinas de las llamadas “cooperativas”.

Seis de cada diez eligen un dulce, cuatro compran además alguna fritura y dos una bebida con mucha azúcar. Entre los favoritos también están los antojitos preparados, casi siempre con mucho aceite, harina y crema.

Sólo dos de cada 100 niños elegirá una fruta, probablemente con azúcar o crema batida, según contestaron la respuesta de 10 mil alumnos tabasqueños de primaria en la Encuesta de Salud 2008.

En tanto, un estudio del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), elaborado entre el 2006 y 2008, reveló que el consumo de frutas y verduras se redujo 30 por ciento, mientras que el consumo de refrescos aumentó 60 por ciento.

El consumo de agua por persona es de 169 litros al año, mientras que el de refresco de 158 litros, es decir, una diferencia de siete por ciento. Sin embargo, el gasto que se realiza en refresco es mucho mayor, detalla la Procuraduría Federal del Consumidor

RAZONES DE PESO

La comida chatarra se ha convertido en un gran problema de salud pública en México, ya que el

consumo excesivo de este tipo de productos causa obesidad, problemas cardiovasculares, diabetes Tipo II, entre otros males.

Este tipo de alimentos contiene, por lo general, altos niveles de grasas, sal, condimentos o azúcares (que estimulan el apetito y la sed), y aditivos alimentarios como el glutamato monosódico (potenciador de sabor) o la tartracina (colorante en los alimentos).

En un estudio, el Instituto Nacional de Salud Pública, entre 2006 y 2008 el número de niños mexicanos entre 5 y 11 años con obesidad aumentó 40 por ciento. Otras cifras señalan que por lo menos 20 por ciento de los mexicanos menores de 10 años presentan sobrepeso u obesidad, lo que resulta más grave si se considera que los niños y adolescentes con sobrepeso tienen 70 por ciento de probabilidades de mantenerse obesos en la edad adulta.

Cerca de 127 mil 080 niños de hasta 14 años de edad sufren de sobrepeso como consecuencia de sus malos hábitos alimenticios, situación que se traduce en enfermedades como la diabetes, hipertensión arterial, infartos, pancreatitis, colesterol, trastornos emocionales y la insuficiencia renal.

En ese sentido, la coordinadora del área de nutrición del IMSS, María Eugenia Navarrete, señaló que "en Tabasco dos de cada 10 niños de cero a 14 años presentan obesidad, mientras que a nivel nacional, sólo uno de cada diez. Asimismo en Tabasco cuatro de cada 10 adolescentes presentan la enfermedad, y en el caso de los adultos mayores de 18 a 60 años, ocho de cada 10 son obesos".

El médico advirtió que contrarrestar las enfermedades derivadas de la obesidad pueden ser cuantiosas, por ejemplo, una persona con diabetes su tratamiento puede llegarle a costar aproximadamente 159 mil pesos al año.

Sin embargo, reconoce que aunque el tipo de alimentos que se ofertan en las escuelas son detonadores para que los menores puedan presentar sobre peso u obesidad, el compromiso de los padres es garantizarles una buena alimentación para que los menores eviten la comida chatarra y tengan propensión a la diabetes.

©Novedades de Tabasco