

## **El 39% de la población que sufre trastornos alimentarios padeció en su infancia obesidad o sobrepeso, según Centro ABB**

**Las cifras de obesidad en niños son "alarmantes", pues uno de cada cuatro niños tiene obesidad o sobrepeso**

La unidad del Centro ABB de Sevilla, dedicada al tratamiento de los trastornos alimentarios, ha realizado un estudio de su población clínica cuyo resultado indica que el 39 por ciento de los casos de trastornos de conducta alimentaria se han dado en pacientes que habían sufrido en su infancia un problema de obesidad o sobrepeso.

Este estudio se enmarcó dentro de 'Niños en Movimiento', un programa de educación para el tratamiento del sobrepeso y la obesidad infantil desarrollado por el Hospital de la Vall d'Hebron de Barcelona, al cual se han adherido los Centros ABB, con sede en Sevilla, Málaga y Barcelona, según informó la entidad en un comunicado.

De este modo, 'Niños en Movimiento' es "un programa psico-educativo para el tratamiento del sobrepeso y la obesidad infantil centrado en la mejora del estilo de vida y de los hábitos alimentarios con el fin de ayudar a evitar un aumento de peso, con apoyo psicológico". El programa se fundamenta en la alimentación, el ejercicio físico y la emotividad.

Además, los ejes fundamentales de actuación son "la promoción de la actividad física para combatir la inactividad, poner énfasis en el aumento de la autoestima y la mejora de las relaciones sociales, fomentar una alimentación equilibrada y promover estilos de vida saludables, tanto para el niño como para su entorno familiar".

Asimismo, el organismo indicó que "la obesidad infantil y el sobrepeso son los factores de riesgo más importantes para que en un futuro se desarrolle un trastorno alimentario". Así, consideró que "los problemas de integración social, de deterioro de la autoestima y de los malos hábitos en la alimentación hacen que el niño que sufre obesidad u sobrepeso sea más sensible a enfermedades como la anorexia o la bulimia, así como a otros trastornos emocionales y a las enfermedades físicas que surgen como consecuencia de ello".

Al respecto, el psicólogo del Centro ABB de Sevilla Diego Solano dejó claro que "en ocasiones, el sobrepeso puede convertirse en la antesala de un Trastorno de Conducta Alimentaria (TCA)", a lo que añadió que "las cifras de obesidad en niños son alarmantes, uno de cada cuatro niños tiene obesidad o sobrepeso y por eso es esencial que aprendan hábitos alimentarios saludables y hacer con ellos un trabajo psico-educativo, ayudarles a desarrollar su autoestima y a expresar sus emociones al ofrecer al niño el aprendizaje de conductas y actitudes positivas para una mejora de la relación con los demás y con él mismo".

El programa está dirigido a niños y niñas de 7 a 12 años y tiene una duración de once semanas. Entre las actividades que se llevan a cabo, destacan unas sesiones en grupos

pequeños con los niños en edades similares y se incluye un trabajo con padres y familiares para que el programa sea "exitoso".

Según Solano, "el verano es un buen momento para observar a los niños y sus hábitos alimentarios porque se pasa más tiempo en familia y el problema de la obesidad infantil es que muchas veces no se detecta a tiempo ya que no se le da la importancia que se le debería dar".