

# Más del 60% de los menores no cumple con la recomendación de actividad física

La Gasol Foundation presenta los resultados preliminares del Estudio pionero PASOS que evalúa el nivel de actividad física y sedentarismo de los niños y adolescentes en España



- El grado de incumplimiento se acentúa entre las niñas: el 70,4% no llega al nivel recomendado frente al 56% de los niños.
- Casi el 80% de los niños/as y adolescentes excede el tiempo de **uso de pantalla recomendado por la OMS** (menos de 2 horas/día) en fin de semana.
- Más de un tercio de los menores presenta **sobrepeso u obesidad**. En los últimos años, la prevalencia de obesidad abdominal ha aumentado en un 7'9%.

*Martes 3 de septiembre, Madrid*

"Estudiar el nivel de actividad física y sedentarismo de los niños y adolescentes en nuestro país es necesario para poder impulsar políticas e intervenciones educativas que contribuyan a prevenir la obesidad infantil y las enfermedades que esta comporta a largo plazo", explica Pau Gasol, presidente de la Gasol Foundation. Con este objetivo, y tras la identificación de falta de datos objetivos sobre la salud de los menores en España, la **Gasol Foundation** –fundación de los hermanos Pau y Marc Gasol cuyo objetivo es la lucha contra la obesidad infantil– ha presentado hoy los resultados preliminares del **Estudio pionero PASOS** (Physical Activity, Sedentarism and Obesity in Spanish Youth).

Por primera vez en nuestro país, se ha evaluado la actividad física, el sedentarismo, los estilos de vida y la obesidad de la población infantil de entre 8 y 16 años a través de una muestra representativa y con métodos objetivos, lo cual ha permitido obtener una fotografía lo más ajustada posible a la realidad. En total, han participado 3.803 menores de 245 centros educativos de las 17 comunidades autónomas, que han sido evaluados por 13 grupos de investigación de toda España.

## Resultados preliminares

- **Práctica de actividad física**

Según los resultados preliminares del Estudio PASOS, **el 63'6% de los niños/as y adolescentes no alcanza los 60 minutos de Actividad Física Moderada o Vigorosa (AFMV) al día** –recomendación de la OMS. Este incumplimiento es más pronunciado en el **género femenino –el 70,4% de las niñas no llega al nivel recomendado** frente al 56% de los niños–, y entre los **adolescentes –el 72,4% de los alumnos de secundaria no cumple la recomendación**, frente al 55% de los de primaria. A su vez, el estudio demuestra que los adolescentes de 4º ESO (16 años) realizan 106 minutos menos de actividad física por día (promedio) que los menores de 3º de primaria (8 años).

- **Horas dedicadas a pantalla**

Para medir el sedentarismo de los menores, se ha evaluado el tiempo de uso de pantallas –televisión, ordenador, tablet, móvil y/o videojuegos– tomando como referencia la recomendación de la OMS, que aconseja no superar las dos horas diarias. Partiendo de esta consideración, se ha detectado que más de la mitad de los niños/as y adolescentes no cumple con las recomendaciones de uso de pantallas entre semana (54%), situación que se agrava durante el fin de semana, cuando **casi el 80% pasa más de dos horas al día delante del ordenador, móvil, televisión u otros dispositivos digitales**.

Además, se aprecia una mayor predisposición al uso de pantallas por parte de los/las adolescentes –de 12 a 16 años–, respecto a los niños/as de primaria –de 8 a 11 años. De la misma manera, el incumplimiento es más pronunciado en el género masculino durante la infancia y la adolescencia.

Entre semana, el uso de pantallas es mucho mayor en los/las adolescentes de 4º de la ESO (144 min. promedio día) respecto a los participantes de 3º de primaria. En fin de semana, esta diferencia alcanza los 172 minutos.

- **Prevalencia de sobrepeso y obesidad**

Los resultados preliminares del Estudio PASOS revelan que **más de un tercio de los niños/as y adolescentes españoles (34'9%) presenta sobrepeso u obesidad** según Índice de Masa Corporal (IMC) –concretamente, el 14'2% padece obesidad y el 20,7%, sobrepeso.

Sin embargo, si tomamos como referencia la circunferencia de cintura, el porcentaje de **obesidad abdominal** (23,8%) resulta prácticamente un 10% superior al calculado según

el IMC. Esta diferencia evidencia la necesidad de incorporar la medición de la circunferencia de cintura como indicador de la obesidad en la infancia. Por otra parte, es importante resaltar que, en las últimas dos décadas, el porcentaje de población infantil y adolescente que presenta obesidad abdominal ha aumentado en un 7,9% (datos comparativos con el EnKid).

### PASOS como punto de partida

Tras estos resultados preliminares el Estudio PASOS, Pau Gasol ha lanzado cinco peticiones a las instituciones públicas, al sector privado, a la sociedad civil y al tercer sector con el objetivo de garantizar el desarrollo de los niños/as en un entorno seguro y saludable que les permita alcanzar su pleno potencial:

- **Invertir en políticas de prevención de la obesidad infantil** que consigan frenar el deterioro de hábitos que se produce a lo largo de la infancia y de la adolescencia.
- **Poner en marcha intervenciones comunitarias** que promuevan la salud y que sean capaces de alcanzar todos los sectores clave en los que los niños se desarrollan: escuelas de infantil, primaria y secundaria; centros sanitarios; centros deportivos; entidades de ocio; ayuntamientos; comercios locales.
- **Incrementar las horas y la calidad de la educación física** en los centros educativos, a la vez que el Consejo Superior de Deportes, junto a las comunidades autónomas y municipios, deberían reforzar las iniciativas de fomento de la actividad física y el deporte fuera del ámbito escolar.
- **Reforzar la formación de los equipos de pediatría y otros profesionales del ámbito sanitario** en la prevención de la obesidad infantil.
- **Impulsar el Plan Nacional contra la Obesidad Infantil, con asignación presupuestaria**, liderado por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, que implique a todas las Administraciones públicas estatales, autonómicas y locales y otras entidades relacionadas con la materia.

### Apoyo institucional y colaboradores

La coordinación científica del Estudio PASOS ha ido a cargo de la Gasol Foundation contando con el apoyo del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM). Esta iniciativa cuenta con **Fundación Probitas** como colaborador principal, y con **Banco Santander** y **Barça Foundation** como aliados saludables. El estudio ha sido posible gracias al **apoyo institucional** del Ministerio de Educación y Formación Profesional, el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social a través de AESAN, el Alto Comisionado contra la Pobreza Infantil, el Consejo Superior de Deportes, el Consejo General de Colegios Profesionales de la Educación Física y el Deporte y las Consejerías de Educación y/o Salud de las 17 comunidades autónomas.

### Declaraciones

- “Queremos situar a España a la cabeza de los países que logran revertir la tendencia de la obesidad infantil. Queremos ser el modelo a seguir a nivel mundial en la lucha contra esta pandemia, para que los niños y niñas crezcan y se desarrollen en entornos saludables que les permitan alcanzar su pleno desarrollo”, **Pau Gasol, presidente de la Gasol Foundation.**
- “Participar en el Estudio PASOS como colaborador principal ha sido para la Fundación Probitas la posibilidad de implicarse en un estudio riguroso para constatar, con evidencia científica, la realidad que nos encontramos cada día en los programas que la Fundación desarrolla en beneficio de niños y jóvenes. Los resultados que a partir de ahora van a derivarse de este estudio serán muy importantes para trazar una estrategia global y diseñar programas que sean realmente eficaces para combatir la obesidad infantil”, **Dra. Marta Segú, Directora General Fundación Probitas.**
- “La obesidad es un problema preocupante, que ha crecido en los últimos años no solo en los países desarrollados, sino también en los países en vía de desarrollo. Se trata de una vieja conocida de la salud pública que se deriva de un desequilibrio entre la ingesta de alimentos y el ejercicio físico. Ambas tienen mucha importancia y de ahí la relevancia de estudios como PASOS”, **María Luisa Carcedo, Ministra de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.**
- “En la convocatoria del 2018, Pau y Marc Gasol recibieron el premio de especial reconocimiento de la Estrategia NAOS (Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad Infantil) por la puesta en marcha de la Fundación Gasol para contribuir a reducir las cifras de obesidad infantil con iniciativas como el **Estudio PASOS**”, **María Luisa Carcedo, Ministra de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.**

#### **Sobre la Gasol Foundation:**

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el sobrepeso y la obesidad infantil es un fenómeno que afecta a 340 millones de niños y niñas de entre 5 y 19 años en todo el mundo. Ante esta realidad, la Gasol Foundation tiene como objetivo principal la lucha contra la obesidad infantil mediante la promoción de hábitos de vida saludables, que se dividen en cuatro pilares fundamentales: la actividad física y el deporte, la alimentación saludable, el descanso de calidad y el bienestar emocional de los menores y sus familias.

#### **Contacto prensa:**

Laura Lorenzo

Responsable de Comunicación Gasol Foundation

[llorenzo@gasolfoundation.org](mailto:llorenzo@gasolfoundation.org) | 678 93 98 74

Síguenos en:



**@gasolfoundation**