



Predominio de niños con sobrepeso en Chicago

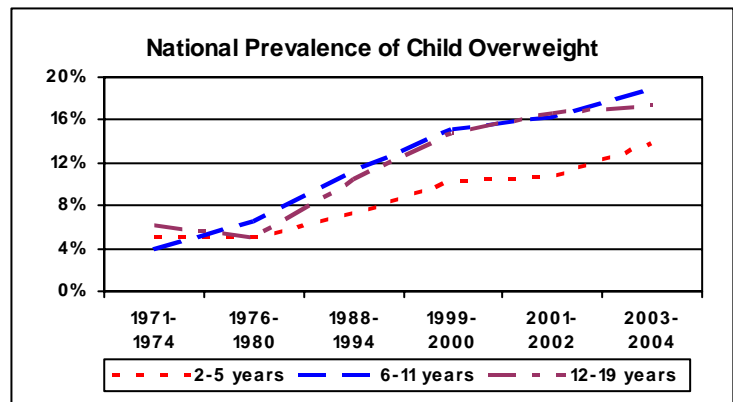
En esta hoja de datos se resume lo que se conoce acerca del porcentaje de niños con sobrepeso u obesos (predominio) en los Estados Unidos, Illinois y Chicago. Esta hoja de datos también ofrece ideas para enfocar el problema a nivel local.

El estado de peso de los niños de 12-18 años, se basa en el índice de masa corporal (BMI por su sigla en inglés). Todo niño con un BMI entre los percentiles 85-94 *corre el riesgo de tener sobrepeso*. Entre las consecuencias posibles para la salud de los niños con sobrepeso se encuentran la presión sanguínea alta a una edad temprana, la diabetes tipo 2 y la enfermedad de corazón.

** El BMI es una medida que compara el peso con la altura (la fórmula es [peso en kilogramos/(altura en metros)²]). El percentil indica el grado de comparación de un niño con otros niños de la misma edad y sexo. Por lo tanto, un niño en el percentil 95 del BMI tiene un BMI más alto que 94 de cada 100 niños similares; uno con un BMI en el percentil 85 tiene un BMI más alto que 84 de cada 100 niños similares.*

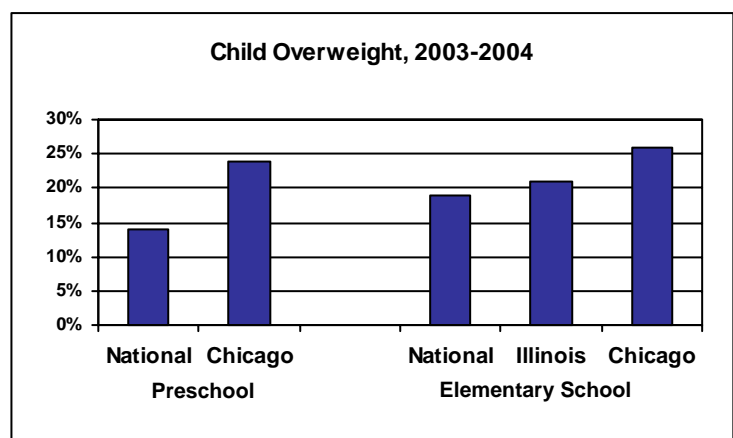
En la actualidad hay más niños con sobrepeso

En los últimos años ha habido un aumento de los niños con sobrepeso. Esta gráfica ilustra el aumento de 1979-2004 en el porcentaje de niños que tienen sobrepeso o corren el riesgo de tenerlo en los Estados Unidos. (Fuente de los datos: Ogden et al, 2002; Ogden et al, 2006)



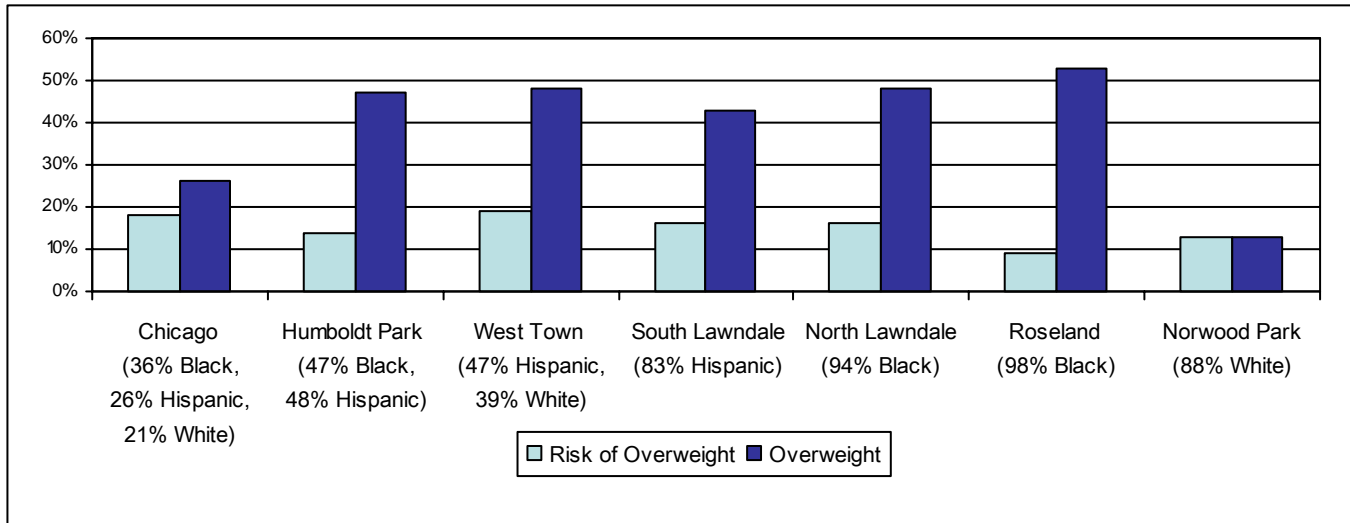
En Chicago hay más niños con sobrepeso

Muchos más niños en Chicago tienen sobrepeso o corren el riesgo de tenerlo comparado con el resto de la nación o del estado de Illinois. (Fuente de los datos: Ogden et al, 2006; Mason et al, 2006; IDPH, 2006)



La carga del sobrepeso en los niños varía en diferentes partes de Chicago

Los niños que viven en comunidades de personas de color de bajos ingresos en Chicago son más propensos a tener sobrepeso. (Fuente de los datos: Whitman et al, 2004)



¿Cuáles son las causas del sobrepeso infantil?

Dicho simplemente, los niños tienen sobrepeso cuando comen alimentos con más calorías de las que queman por medio de la actividad física (en los juegos y en el ejercicio). Esto es fácil de explicar pero difícil de cambiar debido a que existen demasiados factores. Los alimentos como frutas y verduras pueden ser más caros o no encontrarse a la venta en ciertas comunidades. Puede ser difícil encontrar espacios seguros para que los niños jueguen afuera del hogar debido al tráfico de vehículos o al delito. Algunas comunidades tienen pocos programas de estilo de vida saludable accesibles a las familias y a los niños. Al reconocer estos y otros factores, podemos empezar a abordarlos y hacer que resulte más fácil para las familias ayudar a sus niños a lograr un mejor equilibrio calórico... y por lo tanto un crecimiento y peso más normal.

¿Qué se puede hacer?

Enseñar a los niños y a las familias los hábitos saludables de comer y tener actividades físicas es necesario pero no suficiente. También necesitamos hacer cambios en las escuelas y las guarderías infantiles – lugares donde los niños pasan mucho tiempo – para fomentar alimentos saludables y mucha actividad. Las comunidades necesitan hacer cambios para prestar apoyo a las familias aumentando las opciones de alimentos sanos y actividades. Los cambios en las políticas públicas pueden ayudar a las comunidades a hacer estos cambios aportando recursos y pautas para establecer programas locales.

Para obtener información y recursos en apoyo de estos cambios importantes, visite el sitio web de CLOCC: www.clocc.net.

1. Healthy Smiles Healthy Growth, 2003-2004. Springfield, IL; Illinois Department of Public Health (IDPH), 2006.
2. Mason M, Meleedy-Rey P, Kaufer Christoffel K, Longjohn M, Garcia MP, Ashlaw C. Prevalence of overweight and risk of overweight among 3- to 5-year-old Chicago children, 2002-2003. *J Sch Health* 2006; 76(3): 104-110
3. Ogden CL, Flegal KM, Carroll MD, Johnson CL. Prevalence and trends in overweight among US children and adolescents, 1999-2000. *JAMA* 2002; 288(14):1728-1732.
4. Ogden CL, Carroll MD, Curtin LR, McDowell MA, Tabak CJ, Flegal KM. Prevalence of overweight and obesity in the United States, 1999-2004. *JAMA* 2006; 295(13):1549-1555.
5. National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES III) 1988-1994. Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
6. Whitman S, Williams C, Shah A. Sinai Health System's Community Health Survey: Report 1. Chicago, IL: Sinai Health System, 2004. Available at <http://www.sinai.org/urban/publications/FINAL%20Report%201%20v3.pdf>, accessed 5 Sept, 2006.