

# La OMS advierte que la obesidad causa 1,2 millones de muertes en Europa cada año



*Un tercio de los niños y casi dos tercios de adultos europeos son obesos.*

**La OMS alerta de que la obesidad es la principal causa de muerte para 1,2 millones de europeos cada año.**

El **Informe Regional sobre la obesidad 2022** realizado por la **OMS** concluye diciendo que uno de cada tres niños, uno de cada cuatro adolescentes y un casi 60% de la población adulta en Europa tienen obesidad. La obesidad causa la muerte de 1,2 millones de europeos al año.

## **FACTORES DE RIESGO**

Desde la llegada del COVID-19 nos encontramos con dos factores que explican los niveles actuales de obesidad de la población, el descenso de los niveles de actividad física en estos dos últimos años de pandemia y el aumento de consumo de alimentos grasos,

azucarados y salados. La OMS informa de que no son los únicos factores y que la causa es mucho más profunda en la sociedad.

El estudio realizado por la OMS analiza cómo el entorno en el que vivimos impulsa la epidemia de la obesidad, comenzando con la relación que existe entre los alimentos y la actividad física, y como los factores socioculturales, físicos, económicos y políticos influyen en los alimentos que consume la población. El marketing digital en productos pocos saludables marcan estas áreas como problemáticas.

## **OBESIDAD Y ENFERMEDADES**

La obesidad está relacionada con 13 tipos de cáncer. La directora de programas nacionales de salud de la OMS, Dra. Nina Berdzuli, resaltó la importancia de fomentar estilos de vida saludables y promover los niveles de actividad física.

Existen evidencias de que una buena nutrición y actividad física son esenciales para mejorar el futuro de la salud mundial.

El **Dr. Francesco Branca**, director del departamento de nutrición opina que los objetivos de desarrollo sostenibles de la OMS para lograr el hambre cero, mejorar la nutrición y promover estilos de vida saludables no se lograrán si la sociedad no cambia sus hábitos alimenticios.

## **POSIBLES INTERVENCIONES**

En los adolescentes, los datos muestran que un 20% siguen las recomendaciones de actividad física, pero que casi el 50% no comen frutas y verduras. El informe expone que ninguna intervención individual podría reducir la epidemia de la obesidad, pero sí se podría reducir con intervenciones a través de objetivos de dieta, educación y actividad física.

Las recomendaciones para la actividad física incluyen asesoramientos y derivación de esta como atención médica, dando acceso a espacios cubiertos y a la promoción de la actividad física a través de grupos y clubes deportivos.

Se resaltó la calidad de la educación física, las instalaciones y los programas en las escuelas y la disponibilidad de realizar actividad física durante el periodo de trabajo.

**Fuente: CMDsport >>>**

**Link to Original article:** <https://www.aedesa.org/noticias/la-oms-advierte-que-la-obesidad-causa-12-millones-de-muertes-en-europa-cada-ano?elem=281814>