

Salud

RIESGOS EN CASA

La obesidad en los adolescentes, un peligro que aumenta cada día

Los adolescentes del sur de Europa tienen una peor condición física que los del centro y el norte de Europa, además que son más obesos y presentan más niveles de grasa.

Hechos de Hoy / UN / Actualizado 27 marzo 2014

Malas noticias para los adolescentes. Según un último estudio, los jóvenes del sur de Europa tienen una peor condición física que los del centro y el norte de Europa, además de que son más obesos y presentan unos mayores niveles de grasa total y abdominal. Unos datos tajantes para la población europea.

El estudio, desarrollado desde el Departamento de Fisiología en colaboración con otros 25 grupos de investigación europeos, se encargó de comparar el nivel de forma física de adolescentes que viven en países mediterráneos con adolescentes del centro y norte de Europa.

Uno de los autores fundamentales que actualmente está en el **Hospital Ramón y Cajal** del Departamento de Educación Física y Deportiva de la **Universidad de Granada**, destaca que “el nivel de condición física de los adolescentes ha demostrado ser un importante indicador de su estado de salud presente y futuro, de ahí la relevancia de las diferencias encontradas entre sur y centro-norte de Europa”.

En la investigación coordinada por la UGR participaron un total de 3.528 adolescentes del sur de Europa y del norte-centro del continente. A todos los participantes se les realizó una serie de pruebas para medir su forma física, su grasa total y abdominal así como su riesgo cardiometabólico.

La sistemática utilizada en estas diez ciudades europeas, pertenecientes a nueve países distintos, fue meticulosamente estandarizada y se emplearon métodos objetivos, como es el caso de la valoración de la actividad física, para lo que se usaron unos aparatos llamados acelerómetros, que los adolescentes llevaron en la cintura durante siete días seguidos.

Los expertos explicaron que otro de los principales hallazgos es que los adolescentes del sur de Europa también realizaban menos actividad física y más actividades sedentarias que los del norte. “Estos resultados nos sugieren la importancia a nivel poblacional de realizar actividad física para tener un nivel de forma física saludable”, admitieron.

“No se demostró, sin embargo, que esto se debiera a la menor actividad física realizada, ni a la dieta y ni a algunos marcadores genéticos estudiados, por lo que no podemos concluir cuál podría ser el motivo de esta mayor prevalencia de obesidad”, concluyeron en el estudio.