



*POLICY BRIEF*

# OBESIDAD INFANTIL

Estrategias para el cuidado y prevención

(en nivel local)



Programa  
Mundial de  
Alimentos

Centro de Excelencia  
contra el Hambre

Brasilia, abril de 2021

Este documento es producto del *Proyecto de Cooperación Sur-Sur para Combatir la Carga Múltiple de Malnutrición en Escolares, o Nutrir el Futuro*.

El proyecto *Nutrir el Futuro* es una alianza entre:



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



MINISTÉRIO DAS  
RELAÇÕES EXTERIORES

---

**Nutrir**  **el Futuro**

The logo for "Nutrir el Futuro" features a stylized human figure composed of three overlapping shapes in green, blue, and orange, with a white circle above representing the head.



Nutrir  
el Futuro

POLICY BRIEF

# OBESIDAD INFANTIL

Estrategias para el cuidado y prevención

(en nivel local)

## INTRODUCCIÓN

*La obesidad infantil es un desafío global para la salud y para la sociedad cuya prevalencia se presenta en constante crecimiento. Por lo tanto, ambientes promotores de salud - que favorecen la alimentación adecuada y saludable - y la práctica de la actividad física, son importantes factores para la prevención de obesidad en esta fase de la vida.*

*Para controlar y prevenir la obesidad infantil es necesario adoptar estrategias efectivas como:*

- *Invertir en la Atención Primaria de Salud (APS) para el control de la situación alimentaria y nutricional y para la promoción de la lactancia materna y la alimentación adecuada y saludable;*
- *Hacer ciudades favorables a la alimentación saludable y la práctica de la actividad física con estructuras adecuadas de seguridad;*
- *Difusión de campañas efectivas de comunicación en salud;*
- *Valoración de la escuela como un ambiente aliado a esta causa, incluso para la práctica de actividad física y para la restricción de ofertas de alimentos no saludables; y*
- *La implementación de políticas fiscales y medidas regulatorias para facilitar el acceso a los alimentos saludables y reducir el acceso y la exposición a los alimentos no sanos.*

*La ejecución de estas estrategias a nivel municipal es posible y necesaria para controlar y prevenir este agravio, porque niños con sobrepeso y obesidad poseen mayores riesgos de convertirse en adultos obesos. Cuanto más alta sean las tasas de obesidad infantil en el mundo, mayores serán los costos de salud causados por esta condición. Así, priorizar la prevención y el control de la obesidad infantil es una inversión importante, aliada a estrategias efectivas, por su relación de costos y beneficios para la salud y también con la capacidad productiva del municipio.*

*Este Policy Brief tiene como objetivo presentar informaciones para la contribución de estrategias a ser implementadas por los gestores públicos a nivel local (gestores municipales y estatales) para la prevención y el cuidado de obesidad infantil. Su estructura está compuesta por seis preguntas y respuestas objetivas para facilitar la comprensión sobre un tema tan sensible que puede cambiar la realidad del municipio.*



Foto: WFP/Mohammad Batah

## ¿POR QUÉ PRIORIZAR EL TEMA DE OBESIDAD INFANTIL?

La múltiple carga de malnutrición<sup>a</sup> afecta a la población por todo el mundo (1). Son millones de personas en condiciones de desnutrición, deficiencias nutricionales (como, por ejemplo, anemia ferropriva y otros), sobrepeso y obesidad (2). Los datos recientes revelan que entre 1990 y 2019, la malnutrición en la infancia fue uno de los principales factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades, además de pérdida de años saludables de la población (3). Se destaca que, entre los varios desafíos globales para la salud, la sociedad y el medio ambiente, la obesidad es un tema que adquiere relevancia para la acción política, principalmente cuando se relaciona al público infantil.

La prevalencia de sobrepeso y obesidad en la infancia es un indicador que revela la urgencia de actuar para detener esta realidad. Se estima que 42 millones de niños están con sobrepeso en el mundo, en una proporción de 1 a cada 5 niños (4). En Brasil, niños entre 5 a 9 años, acompañados en 2019 por la Atención Primaria a Salud, fueron identificadas con 14,9% con sobrepeso, 8,17% con obesidad y 5,01% con obesidad grave.<sup>b</sup>

Niños con sobrepeso y obesidad poseen mayores riesgos de volverse adultos con obesidad. Según estudio de 2019 (5), niños con obesidad tienen un 75% más probabilidades de convertirse en adolescentes con obesidad y 89% de los adolescentes con obesidad pueden convertirse en adultos con obesidad. También existe el riesgo de que estos niños desarrollen enfermedades crónicas no transmisibles, como diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares, hipertensión y cáncer (4,6). Además, ya están comprobado otros impactos ocasionados por el exceso de peso en la infancia como deterioro del rendimiento escolar que puede implicar en mayores dificultades de inserción en el mercado de trabajo en la vida adulta (7). La condición de la obesidad todavía se asocia con el aislamiento social y las experiencias estigmatizantes, resultando situaciones de sufrimiento mental, como la depresión y ansiedad (4,8,9). Por lo tanto, el sobrepeso y la obesidad infantil pueden afectar el crecimiento y desarrollo humano.



Fotos: Ministério da Saúde

a. La múltiple carga de malnutrición es caracterizada por una alimentación inadecuada en términos de la cantidad, calidad, tipo y diversidad de nutrientes, alimentos y padrón alimentar. Eso incluye el alto proporción de alimentos ultra procesados en la dieta y la baja diversidad de los grupos alimentarios que pueden contribuir para la desnutrición, carencia de micronutrientes; sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles que están relacionada a la alimentación (ejemplo: enfermedades cardiovasculares, diabetes y cáncer)

b. Datos de los informes públicos del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN Web) referente al estado nutricional de un total de 4.414.619 niños de 5 a 9 años acompañadas en la Atención Primaria a Salud en el año de 2019. Fecha de extracción: 18/11/2020.

Es un hecho que el contexto de la pandemia de COVID-19 puede intensificar estos impactos en el crecimiento alarmante de la obesidad, sobretodo en la infancia (1). Así, priorizar este tema es necesario para que se alcance el Objetivo de Desarrollo Sustentable 2 (ODS 2) de la Agenda de 2030 de las Naciones Unidas para la erradicación de todas las formas de malnutrición, también está alineada a los objetivos de la Década de la Acción de las Naciones Unidas para la Nutrición, definida por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y Organización Mundial de la Salud (OMS) para el periodo de 2016 a 2025.

Los compromisos nacionales también evidencian la necesidad de priorizar esta agenda para lograr metas de reducción de la prevalencia de obesidad en niños brasileños, según el Plan Nacional de Salud y el Plan de Acción Estratégico para el enfrentamiento de enfermedades crónicas no transmisibles (DCNT) en Brasil.

Por lo tanto, este *Policy Brief* tiene objetivo de presentar informaciones confiables en evidencia científica global para contribuir a la propuesta de estrategias a ser implementado por gestores públicos a nivel local para la prevención y el cuidado de la obesidad infantil.

## ¿POR QUÉ LA OBESIDAD INFANTIL CONTINÚA CRECIENDO?

La obesidad ya es considerada una epidemia global y sigue creciendo en países de todos los niveles de desarrollo. Debido a que es multifactorial, se trata de una condición compleja para ser entendida y desafiante para la intervención, ya que requiere acciones en varios sectores, además de salud.

Los niños cuando están inseridos en ambientes de promoción a la salud están más protegidos contra factores que pueden influenciar el aumento de peso excesivo (10). Los llamados ambientes obesogénicos<sup>c</sup> estimulan una mala alimentación, el comportamiento sedentario y la inactividad física. Por ejemplo: el dibujo urbano que imposibilita la práctica de actividad física en espacios de ocio o mediante medios de transporte; la exposición constante al uso de pantallas; la reducción de clases de actividad física en las escuelas; la accesibilidad física y financiera a los

alimentos y bebidas ultraprocesados<sup>d</sup>; así como el estímulo al consumo de este tipo de alimento por medio de estrategias de marketing dirigido al público infantil.

La configuración de estos ambientes es influenciada por la globalización, urbanización y cambios climáticos que han causado impacto en el estado nutricional, consumo y comportamiento alimentarios en la infancia, y consecuentemente, influenciando el crecimiento de obesidad en esta fase de la vida (10).

Para que los niños de todo el mundo mejoren el padrón alimentar será necesario valorar y promover sistemas alimentarios<sup>e</sup> que vayan a favorecer una alimentación adecuada, saludable, sustentable, accesible, segura y que respete las tradiciones culturas de los pueblos.

c. Son ambientes con presencia de influencias y condiciones de vida que favorecen el aumento de peso excesivo, como la disponibilidad y el fácil acceso a alimentos poco saludables, la falta de estructura en ciudades para estimular la práctica de actividad física, entre otras que actúan como barreras para el mantenimiento de un peso saludable, favoreciendo así la obesidad.

d. Los alimentos y bebidas ultraprocesados son formulaciones de ingredientes, la mayoría de uso exclusivo industrial, que resulta de procesamientos industriales que transforman sustancias alimenticias en alimentos y bebidas hiper-palatables y listas para consumir que contienen saborizantes, colorantes, emulsionantes, entre otros aditivos químicos. En sus etiquetas tienen una extensa lista de ingredientes con nombres poco familiares. Algunos ejemplos de alimentos ultraprocesados son: golosinas, bebidas azucaradas como gaseosas, fideos instantáneos, bizcochos y mezclas para bizcochos.

e. Son definidos como sistemas que abarca todos los elementos y actividades relacionados a la producción, procesamiento, distribución y comercialización, preparación y consumo de alimentos y resultados de estas actividades.

## ¿QUÉ HACER PARA PREVENIR Y DETENER EL PROGRESO DE ESTA CONDICIÓN?

Con base en evidencias científicas globales, las estrategias más efectivas para prevenir y detener el aumento de la obesidad infantil son:



Figura 1. Estrategias efectivas para la prevención y el cuidado de la obesidad infantil.

Se recomienda que la adopción de tales medidas se haga en paquetes (6,11), es decir, que se evite implementarlos aisladamente a fin de alcanzar mayor impacto. Un paquete de estrategias puede ser una combinación de medidas que se potencian el apoyo de las ciudades para promover la alimentación saludable y actividad física, como por ejemplo: acciones políticas que fomenten la producción local de alimentos que faciliten el acceso a alimentos saludables, sumado a acciones de promoción de la salud a ser implementada en la atención primaria y en el ambiente escolar, asociada a medidas de contención de oferta y venta de alimentos no saludables para el público infantil y la campaña de comunicación en masa para concientizar a la población. Y aún se puede asociarlos con la implementación de espacios urbanos que

permitan el divertimento y la práctica de actividad física.

Además, las acciones implementadas para el público en general (toda la comunidad en una ciudad) demostraron ser más efectivas que aquellas específicas para un grupo en particular (por ejemplo, niños únicos). Al adoptar determinadas medidas para la prevención y el cuidado de la obesidad infantil, se debe considerar que, si están dirigidas a un público específico, como los niños, será importante delinear estrategias a largo plazo para obtener un mayor impacto en la reducción de este problema, así como efectividad en los costos de salud (12). Por tanto, combinar acciones dirigidas a la población en general con otras para públicos específicos también puede ser un tipo de paquete de estrategias que contribuirá a una mayor efectividad de las acciones.

## a. Acciones en la Atención Primaria a la Salud (APS)

Intervenciones realizadas en el ámbito de la APS permiten integrar diferentes servicios de salud para la prevención, control y tratamiento de la obesidad infantil junto a la comunidad local. La figura 2 representa las principales acciones que deben ser priorizadas en este nivel de atención a la salud. Aquellas en que se demuestran efectivas fueron las que priorizaron una capacitación de los profesionales de la salud para actuar en con el tema y público, realizaron monitoreo del estado nutricional de los niños y familia, implementaron diferentes acciones de promoción de la alimentación adecuada y saludable, de la lactancia materna y la práctica de actividad física (11,13,14). Además, la organización de cuidado a los niños con sobrepeso y obesidad deben estar incluida en este conjunto de acciones en la APS a fin de prevenir que niños con obesidad se vuelvan adultos con obesidad.



Figura 2. Estrategias para el control, prevención y tratamiento de la obesidad infantil en Atención Primaria de Salud.

La **capacitación de un equipo multidisciplinario** es fundamental para el éxito de la identificación y cuidado de la obesidad infantil en el ámbito de la APS. Las acciones continuas de educación relacionadas con este tema deben dirigirse a diferentes profesionales de la salud, incluidos los agentes comunitarios de salud.

La **vigilancia alimentaria y nutricional** debe ser implementada para el continuo monitoreo del estado nutricional y de lo consumo alimentar de la población, como estrategia fundamental para el diagnóstico precoz de sobrepeso y obesidad, con el fin de identificar factores de riesgo relacionados con el aumento de peso excesivo, como por ejemplo, el consumo de alimentos ultraprocesados, y para la organización del cuidado a la salud en el territorio, incluso la atención nutricional y las acciones de promoción de salud a la alimentación adecuada y saludable.

La **promoción de una alimentación adecuada y saludable, la lactancia materna y la actividad física** debe estar compuesta por acciones del equipo de APS de orientación familiar y también

estrategias de educación para la salud, además de brindar contacto frecuente, apoyo y motivación para el cambio de comportamiento relacionado con el fomento de la lactancia materna, la adopción de hábitos alimentarios más saludables y la práctica de actividad física por parte de los niños y sus padres / tutores.

Las acciones para prevención y el cuidado de la obesidad infantil comienzan en el período previo a la concepción y el embarazo, ya que la salud materna puede influir en el desarrollo del bebé y en el riesgo de desarrollar la obesidad. Por lo tanto, el equipo puede adoptar estrategias para monitorear el peso y el aumento de peso durante el embarazo y estrategias para la educación alimentaria y nutricional, como la realización de grupos operativos que aborden la alimentación de las mujeres, la importancia de la lactancia materna y la introducción a alimentación complementaria oportuna y saludable.

La **atención de niños y adolescentes con sobrepeso u obesidad** debe realizarse mediante equipos multidisciplinarios y con el fin de seguir los protocolos clínicos y guías terapéuticas instituidas localmente.

## b. Ambientes alimentarios saludables

Ambientes alimentarios saludables se derivan de sistemas alimentarios sostenibles, es decir, aquellos que tienen como objetivo garantizar la seguridad alimentaria y nutricional para todos, a través del acceso regular, permanente y sin restricciones a alimentos seguros, nutritivos, regionales y en cantidad suficientes (15).

Considerando las diferentes dimensiones de la Seguridad Alimentaria y Nutricional, las iniciativas y políticas para su garantía deben contener acciones que contemplen tanto el componente alimentario (disponibilidad, producción, comercialización y acceso

a los alimentos) como el componente nutricional (relacionado con las prácticas alimentarias y el uso biológico de los alimentos). Para eso, es necesario movilizar diferentes sectores de la sociedad (como agricultura, abastecimiento, educación, salud, desarrollo y asistencia social, trabajo). Por tanto, la intersectorialidad es protagonista de las acciones para promover espacios para transformar la realidad ya mencionada.

A partir de las etapas del sistema alimentario, estrategias son presentadas a seguir (15):

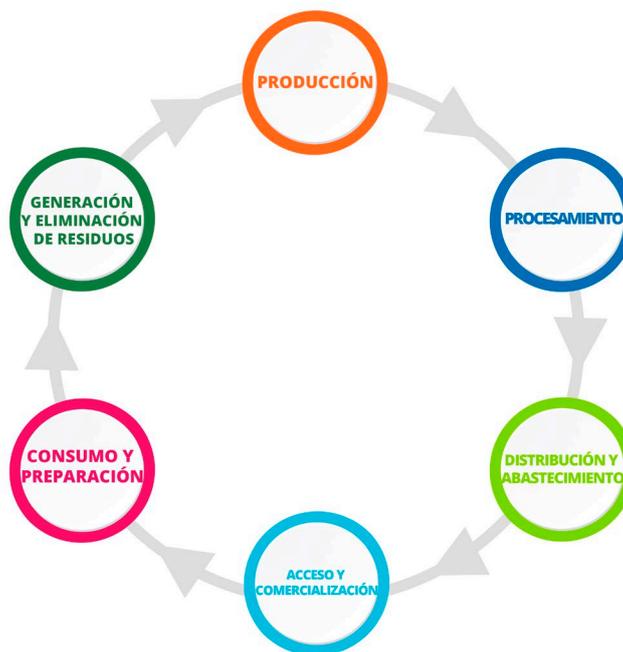


Figura 3. Etapas de los sistemas alimentarios sostenibles

### *Producción de alimentos:*

Acciones y políticas de incentivo a producción de frutas y hortalizas regionales en áreas urbanas, periurbanas, o en áreas rurales cerca de ciudades pueden mejorar el precio y la calidad de estos alimentos, de modo a incentivar el mayor consumo por parte de la población local. Estrategias en este sentido puede todavía reducir el desperdicio de alimentos y también la contaminación causada por el transporte de largas distancias. Combinados con las políticas de compra pública de alimentos - en las que el Estado los adquiere directamente de los productores para su utilización en escuelas, hospitales, guardería infantil, albergues, asilo de ancianos -, tales estrategias pueden promover, también, condiciones dignas de trabajo y de vida en el medio rural, además de contribuir con el aumento al consumo de frutas y hortalizas por el público atendido.

### **Procesamiento:**

En esta etapa, las estrategias serán posibles a partir de la articulación entre el gobierno y el sector productivo a través de las agencias reguladoras de salud. Se recomiendan medidas regulatorias para establecer metas de reformulación de productos mediante la reducción de ingredientes como el sodio, azúcar y las grasas trans cuya cantidad excesiva está relacionada con el mayor riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles. Estas y otras medidas reglamentarias se abordarán en el tema f.

### **Acceso/Comercialización:**

Para posibilitar la accesibilidad y disponibilidad de alimentos saludables, se recomiendan medidas de protección para restringir la oferta y publicidad de alimentos no saludables. A nivel local es posible proponer medidas fiscales para favorecer el acceso a una alimentación adecuada y saludable. Además de la implementación de equipamiento público para la Seguridad Alimentaria y Nutricional como mercados callejeros, mercados municipales y restaurantes populares que venderán alimentos más accesibles y de calidad.

### **Generación y eliminación de residuos:**

A lo largo del recorrido de los alimentos, el desperdicio es uno de los mayores desafíos que se enfrentan en todas las etapas del sistema alimentario. La implementación de estrategias destinadas a reducirlos también minimizará los impactos ambientales y, en consecuencia, afectará las condiciones de salud humana. Además, los programas de reciclaje y la gestión adecuada de residuos son acciones importantes para la sostenibilidad del sistema.

### **Distribución y Abastecimiento:**

Aquí se pueden tener alianzas entre diferentes instituciones gubernamentales, cooperativas de agricultores familiares, red de asistencia social, entre otras, con el fin de valorizar cadenas productivas cortas y posibilitar la adquisición y distribución de alimentos de productores locales a programas gubernamentales de compras institucionales para la alimentación en las escuelas y para personas en situación de vulnerabilidad social. Otra estrategia es garantizar el suministro de alimentos saludables a la población de manera permanente.

### **Consumo y preparación:**

La difusión de recomendaciones de guías alimentarias para la adopción de opciones alimentarias más saludables puede ser una estrategia educativa para todos los públicos, asociada también a fomentar el desarrollo de habilidades culinarias para la autonomía en la preparación de alimentos. Si las comidas no se hacen en casa, se pueden implementar acciones que lleven a los establecimientos comerciales a ofrecer opciones más saludables en sus menús, además de brindar información nutricional en todas las comidas que se sirven.



## C. Actividad física en las ciudades

Las ciudades pueden convertirse en ambientes favorables a la salud, sea por la promoción de alimentación adecuada y saludable como representada en el tema anterior, sea por incentivo a la actividad física. Acciones que incentivan la práctica a la actividad física son consideradas efectivas para el reversión de ese escenario negativo de la obesidad infantil (9,14).

Además de la necesidad de inserción de actividad física en el ambiente escolar, el diseño urbano debe contribuir a su práctica frecuente. Así que, la creación y el mantenimiento de espacios públicos como parques, zonas verdes, parques infantiles y también la implementación de calles de ocio, debe ser una inversión prioritaria para el desarrollo sostenible de las ciudades (14,16).

También hay que garantizar la iluminación y la seguridad para que en estos espacios se pueda practicar el ocio, actividades físicas y deportivas. Además se debe invertir en transporte público y ciclovías para facilitar la movilidad urbana y un estilo de vida saludable (6).



## d. Promoción de la salud en las escuelas

La escuela es un ambiente que además de promover la educación, también debe promover la salud. Por eso, la integración es la articulación entre el sector de Educación, el sector de Salud, familia y comunidad escolar son esenciales para contribuir en la formación de los estudiantes.

A través de estrategias intersectoriales se puede establecer acciones de promoción de salud que aborden directamente el tema de la obesidad infantil y sus determinantes, que involucren a toda la comunidad y que monitoreen la salud de los estudiantes por un equipo multiprofesional de APS. Además, los programas de alimentación escolar que ofrecen alimentación saludable de manera universal y promueven acciones de educación alimentaria y nutricional se convierten en diferenciales para crear un ambiente escolar favorable a la salud y que garantice el derecho a una alimentación adecuada (10).

Para prevenir y detener el aumento de la obesidad infantil se estimulan acciones y medidas a adoptar en el ámbito escolar, tales como: educación alimentaria y nutricional en el currículo escolar, disponibilidad y acceso a alimentos adecuados y saludables y restricciones de alimentos ultraprocesados comercializados y divulgado en cantina, "vending machines" (máquinas expendedoras de alimentos ultraprocesados) y puntos de venta alrededor de las escuelas (4,6). La promoción de la actividad física diaria también debe formar parte de esta estrategia, ya que los niños pasan buena parte de su tiempo en el colegio. La actividad física debe ocurrir tanto en las horas previstas en el plan de estudios de la escuela como en el período recreativo (10,14,17). La escuela también debe proporcionar una estructura adecuada para su realización y garantizar el acceso al agua para garantizar la hidratación.



*En el Distrito Federal, existe una ley que prohíbe la comercialización y publicidad de productos no saludables en las escuelas primarias públicas y privadas. La Ley N ° 5.146 / 13 prohíbe los dulces, galletas rellenas, gaseosas, frituras en general, entre otros. Así, esta medida protege la salud de los niños y previene la obesidad en esta etapa de la vida.*

Ilustraciones editadas de Flaticon y Noun Project

## e. Campañas en comunicación en salud

Las campañas de comunicación en salud contribuyen para informar mensajes confiables y fidedignas con el fin de influir en las personas para mejorar su salud. Además del uso de los medios de comunicación masiva, también se sugiere utilizar las redes sociales digitales y las nuevas tecnologías, como juegos y aplicaciones digitales, para promover campañas de promoción de una alimentación adecuada y saludable, como el fomento del consumo de frutas, verduras y legumbres (11).

Para que las campañas contribuyan al cambio de comportamiento, deben ser parte de una estrategia de comunicación a largo plazo. Por tratarse de un tema de obesidad infantil, es importante que las estrategias de comunicación estén dirigidas a los niños, adolescentes y sus familias y, por tanto, sean innovadoras, divertidas, destacables y que generen compromiso para impactar al público (4). Así, se refuerza la necesidad de valorar la creación de campañas cuyo discurso no promueva el bullying, cualquier prejuicio y culpa individual y / o parental / tutor y que incluya el abordaje de los multi determinantes de la obesidad.

## f. Medidas fiscales y protectivas

La implementación de medidas fiscales y protectivas para reducir el acceso y el consumo de alimentos no saludables ha sido considerado las estrategias más rentables para prevenir y controlar la obesidad infantil en el mundo (7,16,17). A seguir se presentada en la Figura 4.

MEDIDAS FISCALES DE ALIMENTOS Y BEBIDAS NO SALUDABLES	REGULACIÓN DE MARKETING DE ALIMENTOS Y BEBIDAS NO SALUDABLES DIRECCIONADO AL PÚBLICO INFANTIL	ETIQUETADO NUTRICIONAL FRONTAL	MODELO DE PERFIL NUTRICIONAL	MEDIDAS FISCALES DE INCENTIVO AL ACCESO A ALIMENTOS SALUDABLES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tributación de % sobre el valor del producto</li> <li>• Alimentos y bebidas azucaradas y productos energéticos con bajo valor nutricional (ej: meriendas e fastfood, salados o azucarados)</li> <li>• Efecto: reducción del consumo de alimentos y bebidas no saludables por niños y adolescentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Restricción de vehiculación de publicidad infantil de alimentos y bebidas ultraprocesados para niños</li> <li>• Mídias: TV, Rádio, Internet</li> <li>• Efecto: reducción de la exposición de niños a productos no saludables</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presenta mensaje visuales para una fácil comprensión en la parte frontal de los envases de productos</li> <li>• Efecto: Contribui para una interpretación más clara, fácil y rápida a respecto del exceso de nutrientes críticos (por ejemplo, azúcares, sal, con grasas y otros) contenidos en los alimentos ultraprocesados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determina una clasificación para alimentos y bebidas que no son saludables, es decir, que contienen valores elevados de nutrientes críticos a la salud como azúcares, sal, con grasas totales, saturadas y trans.</li> <li>• Efecto: Contribui para otras medidas fiscales y regulatorias citadas al lado e impulsió a la reformulación de alimentos procesados y ultraprocesados, además de restricciones a ingredientes específicos (ej. grasas trans)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incentivos fiscales para alimentos saludables</li> <li>• Alimentos mas seleccionados: in nature (frutas, verduras e legumbres).</li> <li>• Efecto: aumento en el consumo de alimentos saludables</li> <li>• Posibilidades de implementación en nivel local</li> </ul>

Figura 4. Medidas fiscales y protectivas para prevención y el cuidado de obesidad infantil

Entre las estrategias enumeradas, para su implementación a nivel local, se recomiendan medidas fiscales que incentiven el acceso a alimentos saludables. En relación con los demás, se sugieren campañas de comunicación masiva para sensibilizar a la población sobre su importancia. El México, por ejemplo, adoptó un impuesto del 10% a las bebidas azucaradas y estima una reducción del 2.5% en las tasas de obesidad del país para 2024.

## ¿CUÁLES SON LOS COSTOS-BENEFICIOS DE ESTO?

¿Realmente vale la pena implementar las estrategias enumeradas anteriormente para prevenir y detener el aumento de la obesidad infantil? ¿Hay algún beneficio de costo de esto? ¡La respuesta es SÍ!



*Portugal es un país que ha demostrado que invertir en el control y la obesidad infantil es posible y eficaz. A través de la implementación de un conjunto de estrategias en escuelas, APS y medidas físicas y de protección en los ambientes, el país ya ha logrado reducir la prevalencia de niños con sobrepeso (del 37,9% al 29,6%) y niños obesos. (del 15,3% al 12,0%), entre los años 2008 y 2019.*

Ilustraciones editadas de Flaticon y Noun Project

Se sabe que uno de los mayores desafíos de las políticas públicas está en su costo-efectividad<sup>f</sup>, especialmente para temas tan complejos y multidimensionales<sup>g</sup> como la obesidad. En primer lugar, hay que saber que cuanto mayores son las tasas de obesidad infantil en

el mundo, mayores son los costos de salud causados por las condiciones y mayores las repercusiones en el medio y largo plazo para la salud (6,18). Por tanto, priorizar la prevención y el cuidado de la obesidad infantil es una gran inversión.

***La evidencia ya estima que cada dólar gastado para prevenir la obesidad genera un retorno económico de hasta seis dólares (7). Por lo tanto, implementar un conjunto de estrategias reducirá esta prevalencia y ahorrará dinero.***

Al considerar las intervenciones dirigidas a la niñez, se sabe que su retorno es a más largo plazo con resultados significativos para la salud de la población. En el corto y mediano plazo, existen estrategias costo-efectivas recomendadas para el control y reversión de ese escenario de la obesidad en esta etapa de la vida que están dirigidas al público en general (ej. medidas protectoras y fiscales), contribuyendo a impactos para toda la sociedad, no solo para la niñez(7). Por tanto, invertir en medidas preventivas y de atención de lo sobrepeso infantil es invertir en un futuro de más salud, vida, buena nutrición para la población y más ahorro.



Foto: WFP/Edward Johnson

f. Término utilizado principalmente en la toma de decisiones en el sector Salud en el que se evalúa el impacto de las estrategias en la prevención, en el control o tratamiento de una determinada enfermedad o dolencia con el fin de identificar mejores efectos de la intervención a menor costo.

g. La obesidad es un agravio determinado por diferentes factores: biológicos, históricos, ecológicos, económicos, sociales, culturales y políticos.

## ¿CÓMO PUEDE EL SECTOR SALUD IMPULSAR ACCIONES CON OTROS SECTORES?

La obesidad infantil, a pesar de ser una condición reconocida principalmente en el sector Salud, está influenciada por acciones de otros sectores. El sector Salud tiene potencial para ser un agente articulador de acciones con otros sectores. En cuanto a la efectividad de las estrategias, se reconoce que cuando se realizan de manera inter y multisectorial, logran resultados más expresivos. Por ello, se recomienda que Salud tome la iniciativa para el conjunto de posibles acciones entre sectores. Una sugerencia es organizar un comité intersectorial local para articular todas estas acciones.

Existe una relación entre la obesidad infantil y los sistemas alimentarios dominantes, ya que producen alimentos ultraprocesados a bajo costo y aún tienen un alto impacto ambiental en el mundo, contribuyendo a la pérdida de la biodiversidad

alimentaria (18). Por tanto, contar con la implicación de varios sectores como la agricultura, el transporte, la educación, la economía, entre otros, será necesario para impulsar acciones, alineadas con la sostenibilidad, que propongan cambios en la forma en que viaja la comida (desde los modos de producción, procesamiento, distribución, comercialización, preparación, consumo y destino y generación de residuos).

La colaboración de todos para reducir el sobrepeso y la obesidad infantil permitirá una infancia más sana y feliz, a través del fomento de la actividad física y una alimentación adecuada y saludable. Así, será posible identificar los impactos de estas acciones en la salud, la sociedad y el medio ambiente a nivel mundial.



## ¿CÓMO DEBERÍAN ACTUAR LOS GESTORES PÚBLICOS A NIVEL LOCAL?

El compromiso político y la responsabilización en abordar los desafíos de la obesidad infantil son fundamentales para lograr un cambio en esta realidad. Generalmente se establecen muchos objetivos y planes de acción, pero la implementación en la práctica sigue siendo difícil. Luego, la acción política a nivel local puede ser estratégica para obtener los impactos esperados para la niñez, las familias, la sociedad y el medio ambiente.

Por consiguiente, se recomienda que:



### Atención Primaria de Salud (APS)

En primer lugar, conozca el estado nutricional y el perfil de consumo de alimentario y nutricional de la población de su municipio. Para ello acceda a los informes del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (Sisvan): <https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/>

Implemente y utilice continuamente Sisvan como una herramienta para monitorear el estado nutricional y el consumo de alimentos de su población. De esta manera, será posible conocer las condiciones de alimentación y nutrición en su territorio así como la planificación de acciones efectivas y mejor focalizadas para intervenir temprano. Además, se sugiere monitorear factores que favorezcan ambientes obesogénicos;

Califique a los profesionales para monitorear el estado nutricional y marcadores de consumo de alimentos de la población y registrar los datos en los sistemas de información de la APS en su rutina laboral;

Equipe las Unidades Básicas de Salud (UBS) con báscula y estadímetro (adulto y niño);

Invierta en equipos de atención primaria de salud con formación permanente de trabajadores de la salud para actuar estratégicamente en la prevención y el cuidado de la obesidad infantil y en la adecuada integración de los servicios de salud para la atención individual y colectiva de la salud de los niños con sobrepeso y obesidad;

Estimule a los equipos a realizar actividades colectivas e individuales para promover una alimentación adecuada y saludable, de la actividad física y reducir el sedentarismo;

Priorice la APS como un excelente lugar para llevar a cabo las acciones para promover la salud, prevenir la obesidad infantil.



### Ambientes Alimentarios Saludables

- Valorice la agricultura local y sostenible para facilitar la oferta de alimentos más sanos y accesibles en la región;
- Haga que su municipio / estado adhiera a programas de compra de alimentos para compra institucional y donación directa a la población en situación de vulnerabilidad social;
- Implemente equipos públicos de seguridad alimentaria y nutricional, como mercados abiertos, centros comerciales, mercados municipales, restaurantes populares y comedores comunitarios;
- Fomente y apoye la agricultura urbana, los huertos en entornos institucionales, como escuelas y servicios de salud, y en espacios comunitarios;
- Divulgue las recomendaciones para una alimentación adecuada y saludable presentes en las guías alimentarias brasileñas a través de campañas de comunicación masiva y acciones educativas impulsadas por los equipos de APS;
- Fomente las asociaciones con cooperativas de agricultura familiar para proporcionar alimentos regionales para la alimentación escolar;
- Desarrolle acciones que favorezcan la lactancia materna y la alimentación complementaria saludable en la primera infancia, como la creación de ambientes que promuevan la lactancia materna, licencia por maternidad, entre otros.



### Actividad Física en las Ciudades

- Invierta en transporte público, ciclovías y áreas de ocio con áreas verdes para fomentar la actividad física y un estilo de vida saludable;
- Implemente programas de promoción de actividad física equipados con infraestructura, equipamiento y profesionales calificados en APS.
- Busca invertir en iluminación y seguridad para estimular la actividad física en los espacios públicos;
- Revitaliza espacios y mejora la infraestructura de los equipamientos públicos existentes para la práctica de actividad física en las ciudades;
- Mapea todos los espacios públicos donde la población puede practicar actividad física y aplica estrategias para la difusión de esta información.



## Promoción de la Salud en las Escuelas

Promueva acciones intersectoriales entre el equipo de salud y las escuelas del territorio para promover una alimentación adecuada y saludable y estilos de vida saludables;

Promueva ambientes alimentarios más saludables en las escuelas ofreciendo comidas saludables y respetando la cultura alimentaria local, combinado con acciones de educación alimentaria y nutricional para promover la autonomía para la elección de alimentos saludables;

Proponga restringir la oferta, venta y publicidad de alimentos ultraprocesados en el ambiente escolar para proteger los niños, a través de la ley local;

Asegura la provisión de una alimentación adecuada y saludable en las escuelas públicas, a fin de cumplir con la legislación vigente y la adecuada ejecución del Programa Nacional de Alimentación Escolar (PNAE);

Dispón medidas regulatorias para la recepción y destino de las donaciones de alimentos por parte de las escuelas públicas municipales, que garanticen una alimentación adecuada y saludable, protejan la salud y la dignidad de los destinatarios de las donaciones;

Determina lineamientos para la promoción de actividades de educación alimentaria y nutricional por parte de las Secretarías Municipales de Salud y Educación, evidenciando la prohibición de alianzas con industrias y empresas de alimentos ultraprocesados o que contradigan los principios y lineamientos de la Guía Alimentaria para la Población Brasileña.

Invierta en la renovación de escuelas para proporcionar una estructura adecuada para la práctica de actividad física y el fornecimento de agua potable;

Realice acciones para promover la alimentación saludable y la actividad física involucrando a los profesionales de la salud y de la educación, así como a estudiantes y familias.



Foto: WFP



### Campañas de comunicación en salud

Realice campañas de comunicación en salud y programas educativos para fomentar el consumo y conductas alimentarias saludables dirigidas a los niños y sus familias;

Desarrolle también campañas de comunicación en salud y acciones de orientación en los servicios de salud y escuelas que sensibilicen a la población sobre las repercusiones y múltiples determinantes de la obesidad infantil y contribuyan a su comprensión de la importancia y necesidad de las medidas fiscales y regulatorias. Ej: El nuevo modelo de etiquetado nutricional y la restricción de grasas trans aprobado en Brasil debe ser enseñado para la alfabetización alimentaria de sus ciudadanos, incluidos los niños;

Disponibilice materiales impresos y digitales sobre el tema en UBS, hospitales y escuelas.



### Medidas Fiscales y Protectivas

Fomente los subsidios para aumentar el acceso a alimentos saludables;

Implemente y monitoree la Norma Brasileña para la Comercialización de Alimentos para Lactantes y Niños de Primera Infancia, Chupetes y Biberones (NBCAL) y otras leyes que fomentan la lactancia materna.



### Otros

Asocie las universidades de la ciudad para desarrollar investigaciones científicas sólidas y continuas para evaluar las intervenciones locales a fin de medir su rentabilidad e identificar soluciones futuras;

Crie o impulse una instancia colegiada de articulación intersectorial para implementar y monitorear las medidas a implementar. Como ya destacada aquí en este informe, la prevención de la obesidad infantil involucra a varios actores, y es fundamental que el estado y el municipio mantengan una red articulada de socios;

Establezca metas para la prevención y el cuidado de la obesidad infantil en las instancias formales de gestión y control social del SUS, especialmente en el plan municipal de salud.





**Programa  
Mundial de  
Alimentos**

Centro de Excelencia  
contra el Hambre

[www.centreofexcellence.org.br](http://www.centreofexcellence.org.br)

     /wfpbrasil

Este documento fue elaborado dentro del alcance del proyecto *Nutrir el Futuro*, resultado de una alianza entre WFP Y

MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



MINISTÉRIO DAS  
RELAÇÕES EXTERIORES