

## **L'obesitat infantil es redueix entre els escolars de Manresa**

### **Segons l'exploració anual de la Clínica Universitària de Manresa sobre hàbits saludables entre els infants**

El Programa de Detecció Precoç de Problemes de Salut en Escolars (PDP) que realitza anualment la Clínica Universitària de Manresa de la Fundació Universitària del Bages ha constatat una reducció de gairebé quatre punts dels casos d'obesitat entre els escolars de Manresa. Si durant el curs 2008-2009 es van detectar un 11,4% de casos d'obesitat, les dades recollides entre 284 escolars de quart de primària (9-10 anys) han reduït aquesta xifra al 7,7%.

El mateix ha succeït amb els casos de sobrepès, tot i que la reducció ha estat inferior. Del 18,8% de casos detectats el curs passat, aquest s'ha passat a un 17,6% d'infants amb sobrepès.

Segons l'exploració d'infermeria que s'ha fet en el marc del PDP, el 68,3% dels escolars tenen un pes normal, un 6,3% estan per sota del que haurien de tenir i un 25,3% pesen més del que haurien de pesar. Dins d'aquest 25,3%, un 17,6% tenen sobrepès i el 7,7% restants són obesos.

L'evolució de l'obesitat i el sobrepès entre els escolars de Manresa ha estat fluctuant des que es va iniciar el PDP durant el curs 2005-2006. Aquell primer curs es van detectar un 29,3% de casos d'infants amb un pes superior al que els pertocaria. La xifra va pujar fins al 33,1% el curs a sobre i va tornar a baixar al 21,5% durant el curs 2007-2008. El curs 2008-2009 es tornava a pujar fins al 30,2% i en la darrera exploració, ha baixat de nou al 25,3%.

La xifra d'obesitat més elevada és la que es va detectar el curs 2005-2006 amb un 12,4%, mentre que la més baixa és la del curs 2007-2008, quan només representava un 5,4% dels casos. Pel que fa al sobrepès, el nivell més alt va ser el que es va registrar el curs 2006-2007, amb un 21,8% de casos, mentre que el més baix va coincidir amb el curs en el qual es va detectar menys obesitat, el 2007-2008.

### **Conèixer els hàbits de salut**

Una de les informacions més interessants que aporta l'exploració d'infermeria feta a escolars és l'apartat que fa referència als hàbits de salut. Segons les dades recollides, un 73,6% dels nens entre 9 i 10 anys practiquen esport i d'aquests, un 58,4% en practiquen només un. Pel que fa al temps que hi dediquen, la majoria, el 20,1% s'hi estan entre una i dues hores cada setmana, un 16% menys d'una hora i un 15,8% entre dues i tres hores.

L'exploració ha detectat també que més de la meitat dels escolars es desplacen al centre educatiu en vehicle, un 50,7% en cotxe o moto, i només un 0,7% en autobús. La resta, un 48,6% van a l'escola a peu.

Una mica més de la meitat dels escolars, un 54,6%, realitzen algun tipus d'activitat extraescolar. D'aquests, un 20,8% hi dediquen entre una i dues hores a la setmana, tot i que també hi ha un 16,2%, que hi dediquen menys d'una hora.

### **Videojocs, consoles i televisió**

Segons les dades recollides, un 91,5% dels nens i nenes utilitzen l'ordinador o les videoconsoles de jocs. El temps que hi dediquen és majoritàriament entre un quart d'hora i mitja hora diaris, en un 34,5% dels casos, tot i que també hi ha un 17,6% que s'hi estan entre tres quarts d'hora i una hora i un 16,9% que els utilitzen més d'una hora diària.

Pel que fa a la televisió, el consum dels infants inclosos en el PDP en constata un consum massiu. El 99,6% la veuen cada dia. Un 25,7% veuen entre tres quarts d'hora i una hora de televisió diària i un 22,5% s'hi estan davant més de dues hores.

### **L'alimentació**

La majoria dels infants consultats realitzen els principals àpats del dia en família. El 81% esmorzen a casa, el 63,4% hi dinen, el 59,5% hi berenen i el 97,5% hi sopen. Només hi ha un àpat que els escolars fan majoritàriament fora de l'àmbit familiar i que es desenvolupa a l'escola, l'esmorzar que fan a mig matí. De les dades destaquen també xifres com el 35,9% dels nens que dinen a l'escola o el 34,5% d'infants que asseguren que berenen sols.

La majoria d'escolars, un 94,7%, asseguren fer cinc o més menjades diàries i un 67,2% reconeixen que piquen entre els àpats.

Per complir uns bons hàbits alimentaris, caldria que els infants mengessin cada dia pa, pasta o arròs, fruita i verdura, llet i derivats i cereals. També haurien de menjar dos o tres cops per setmana llegums, patates, carn, peix i ous. La ingesta d'embotits s'hauria de fer menys de dos cops per setmana, de dolços, pastissos i refrescos se n'haurien de prendre ocasionalment i de cafè no n'haurien de prendre mai en aquestes edats.

Doncs bé, els resultats constaten que hi ha un bon seguiment d'aquests hàbits en el consum de llet i

derivats, que és correcte en un 93,65 de casos. Un 83,4% asseguren no prendre mai cafè, però hi ha un 16% d'infants que en consumeixen més o menys habitualment.

Un altre bon resultat és el que fa referència al consum de pa, pasta i arròs. Un 82,7% dels nens en consumeixen cada dia. En el cas de la fruita i la verdura, aquesta xifra és del 73% i en el de la carn és del 53%.

La resta d'indicadors dels bons hàbits no assoleixen ni la meitat del que seria correcte. Només un 48,5% consumeixen cereals cada dia, un 44% mengen llegums dos o tres cops per setmana, un 50% mengen patates amb aquesta mateixa periodicitat, un 40% mengen peix dos o tres cops a la setmana i un 36% mengen ous.

Pel que fa als aliments que s'haurien de menjar menys, com l'embotit, que hauria d'aparèixer en la dieta menys de dos cops per setmana, trobem que en un 55,6% de casos hi apareix cada dia i que només hi ha un 7% de nens i nenes que ho facin correctament.

Només un 38% compleixen la recomanació de consumir dolços i pastisseria ocasionalment i un 34,5% la de consumir refrescos també de forma molt poc habitual.

### **La higiene**

Pel que fa als hàbits d'higiene, el 51,4% dels infants es dutxen cada dos dies i un 39,4% cada dia. La resta, un 9,2%, es dutxen amb menys freqüència.

El 71,5% dels nens es renten les mans sempre abans de menjar, un 44,4% després de menjar i un 64,8% ho fan sempre després d'anar al lavabo. Alhora, un 36,3% asseguren rentar-se les dents dos cops al dia.

### **El descans i l'autopercepció**

Segons les dades recollides, el 46,8% dels nens dormen una mitjana de deu hores diàries i un 32% ho fan durant nou hores.

A més, el 65,5% dels nens tenen una imatge normal d'ells mateixos. Només un 11,3% es veuen molt grassos i un 4,2% es veuen molt primos. Si se'ls pregunta sobre la salut, el 46,1% consideren que és bona, un 23,2% la qualifiquen com a excel·lent i un 19% afirmen que és molt bona.

### **Un programa de sis anys d'història**

El Programa de Detecció Precoç de Problemes de Salut en Escolars va arribar el curs passat a la sisena edició. L'objectiu del programa, que es va dur a terme amb la col·laboració de la regidoria de Salut de l'Ajuntament de Manresa, és detectar trastorns de salut en els àmbits de la logopèdia, la podologia, la fisioteràpia i la infermeria, que són els principals àmbits d'expertesa de la Fundació Universitària del Bages. La detecció d'aquests problemes permet treballar la prevenció i el seu tractament el més aviat possible.

1.254 alumnes de 17 escoles públiques i concertades de la comarca del Bages d'entre 4 i 6 anys i 9 i 10 anys dels nivells de P4, P5 i quart de primària han passat aquest any per les instal·lacions de la Clínica Universitària de Manresa. Aprofitant la seva estada a la FUB, els escolars han participat en tallers i activitats de promoció d'hàbits saludables.

La majoria d'aquests alumnes, 922 són de Manresa, mentre que la resta són de centres d'Artés, Castellgalí, el Pont de Vilomara i Rocafort i Calders.

### **Un 17,9% de casos d'alteracions en la parla**

L'exploració logopèdica, que s'ha fet a 432 nens de P-4 (4-5 anys), ha donat com a resultat que el 46,5% dels infants tenen algun tipus d'alteració de la parla. D'aquests, la major part, un 28,7% pateixen dislàlia simple, una alteració que amb el temps s'acaba corregint per maduració evolutiva. La dislàlia és la dificultat permanent o transitòria per a la pronunciació correcta de determinats fonemes. Un 10,9%

pateixen dislàlia múltiple, mentre que un 7% més tenen altres alteracions o pateixen una suma d'alteracions diverses. En aquests casos, sí que cal una intervenció d'especialistes per corregir-les.

Aquesta exploració ha permès també detectar un 43,3% de casos de mala posició de les dents (maloclusió) i l'existència d'hàbits inadequats per infants d'aquesta edat, com un 10,5% de nens que encara utilitzen el biberó, un 8% que encara porten xumet o es succtionen el dit o bé un 8% més que tenen l'hàbit de mossegar-se les ungles (onicofàgia).

També és destacable que el 29,40 presenten problemes de deglució, no saben empassar bé.

Hi ha un 13,2% d'infants explorats que respiren per la boca i un 11,1% que tenen hipertròfia de les amígdales.

### **Massa calçat esportiu**

Una altra dada destacable obtinguda dels resultats és que el 47,6% dels nens utilitza preferentment el calçat esportiu, quan el correcte és combinar diferent tipus de calçat segons l'activitat que es realitza. En aquest sentit, el percentatge de nens que ho fan correctament és del 52,4%.

De les dades obtingudes en l'exploració podològica també se'n desprèn que hi ha un 12,6% dels nens que presenta un excés de sudoració (hiperdrosi) i que un 15,5% dels escolars no porta les ungles tallades correctament.

Com a dades importants de l'exploració podològica hi ha també la detecció d'un 29,6% de casos de peus plans en càrrega i un 40,3% de casos d'alteracions en la forma de caminar.

### **Desviacions de la columna a temps de corregir**

L'exploració de fisioteràpia a la qual s'ha sotmès els nens ha detectat un 6,7% de casos de possibles desviacions de la columna (escoliosi) que ara cal confirmar amb un estudi radiològic. Aquest és un percentatge que pot semblar petit, però la dada és important perquè si es confirma la desviació, encara s'és a temps de corregir-la amb un tractament adequat que és molt important iniciar com més aviat millor.

Els fisioterapeutes també han trobat que hi ha un 28,9% d'escolars que tenen un escurçament important de la musculatura de la part posterior del tronc i de les seves extremitats. Això pot predisposar a patir diferents disfuncions a nivell de l'aparell locomotor.

 [Imprimir](#)

 [PDF](#)

 [Enviar](#)

 [Correcció](#)

0

 [Facebook](#)

M'agrada

Sigues el primer dels teus amics a qui li agrada.

Url Curta:

### **Navega per les etiquetes**

[obesitatfubsalut](#)

### **Notícies relacionades**

[La Residència Sagrada Família guanya el concurs de pòsters del Dia Mundial de l'Alzheimer](#)

[El Dia Mundial de l'Alzheimer reuneix 136 professionals a Sant Andreu](#)

[Les jornades ACEBA reuniran uns 200 professionals de l'àmbit de la salut](#)