

# SITUACIÓN NUTRICIONAL Y HÁBITOS ALIMENTARIOS DE NIÑOS Y ADOLESCENTES EN ARGENTINA

Mgt. Marcela Leal

Carrera de Nutrición

Universidad Maimónides

[leal.nutricion@gmail.com](mailto:leal.nutricion@gmail.com)



Ministerio de Agroindustria  
Presidencia de la Nación

 Universidad  
Maimónides

El Panorama de Seguridad Alimentaria y Nutricional elaborado por la OPS/OMS y la FAO ubica a la Argentina primera en el ranking regional de obesidad. Según ese informe, el 9,9% de los niños menores de cinco años padecen el problema.

## La Argentina encabeza el ranking regional de obesidad infantil

Los expertos indican que crece a un ritmo alarmante y enfatizan que cada vez es más precoz; inculcar buenos hábitos alimentarios, una de las claves para prevenir

DOMINGO 19 DE SEPTIEMBRE DE 2017 Nora Bär SEGUR + LA NACION



El Panorama de Seguridad Alimentaria y Nutricional elaborado por la OPS/OMS y la FAO ubica a la Argentina primera en el ranking regional de obesidad.

Últimas Noticias Política Sociedad Deportes Turismo Economía Tendencias Videos Salud Temas

infobae

Lunes 6 de noviembre de 2017 AMÉRICA TELESHOW TENDENCIAS MUNDI GRANDES LIBROS

### Mapa de la obesidad en América Latina: Argentina, en "alerta naranja"

El promedio de Índice de Masa Corporal argentino es 26 y lo ubica en el grupo de "sobrepeso" en la región. Cómo

MÁS LEIDAS

- 1 Con memes, Beca se burla de Pío Barón al bailar en el Monumental
- 2 El doctor se deliró: el secretario de Fernando Cols de Roca, nunca embalsado en EEUU, en la descomposición del siglo XXI
- 3 Julián O'Leary y sus seguidores contra el "poker" a José Luis Celaya dice que no "pagó el

Los argentinos comen mal y no respetan las 4 comidas diarias Shutterstock 162

## Argentina duplicó en 30 años su tasa de obesidad y encabeza el ranking de la región

Un estudio de las Naciones Unidas advierte que ya afecta al 30% de las mujeres y al 27% de los hombres. Especialistas lo atribuyen al exceso de sedentarismo y a la mala alimentación.



# Estado Nutricional

Datos Nacionales

# EMSE 2012

- Resultados de la EMSE 2012 evidenciaron que el sobrepeso entre los estudiantes fue de 28,6%

**EMSE 2007 24,5%**

**EMSE 2012 28,6%**

- Resultados de la EMSE 2012 evidenciaron que la obesidad entre los estudiantes fue de 5,9%

**EMSE 2007 4,4%**

**EMSE 2012 5,9%**

# Brechas sociales de la Obesidad Infanto-juvenil

**La prevalencia de exceso de peso en jóvenes de entre 11 y 17 años aumentó de 17,9% a 27,8% y específicamente la de obesidad creció de 3,2% a 6,1%.**

**El sobrepeso es 31% más frecuente entre los chicos de nivel socioeconómico más bajo**

Según la ENNyS, en mujeres de entre 10 y 49 años la prevalencia de obesidad es de 15,3%

# EISAR (Evaluación Integral de Salud en Áreas de Riesgo). ACUMAR (Autoridad de Cuenca Matanza Riachuelo).



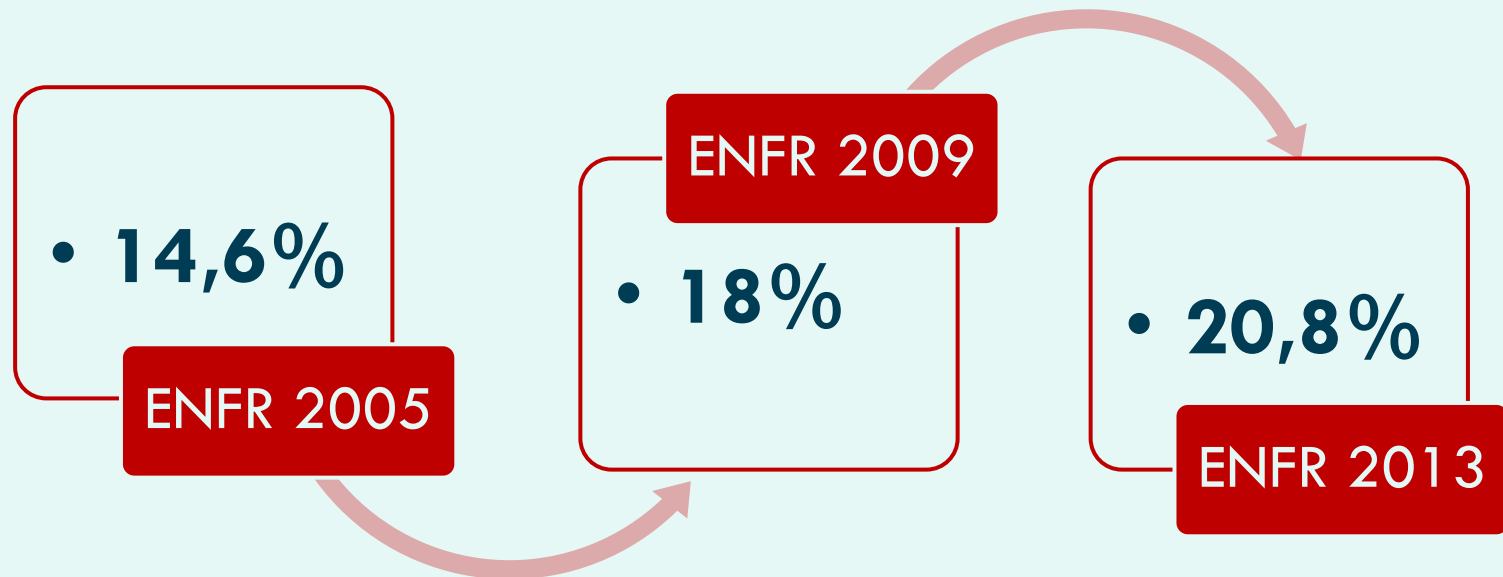
Se observó que hubo un aumento de la prevalencia de Obesidad comparando con estudios de años anteriores.

# Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) 2013.

<b>Datos de la ENFR 2013</b>		
	<b>Sobrepeso</b>	<b>Obesidad</b>
<b>Total</b>	37,1%	20,8%
<b>Sexo</b>		
Varón	43,3%	22,9%
Mujer	31,3%	18,8%
<b>Grupo de Edad</b>		
18 a 24 años	25,4%	7,7%

# Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) 2013.

## Comparación de Prevalencia de obesidad en la población de 18 años y más.

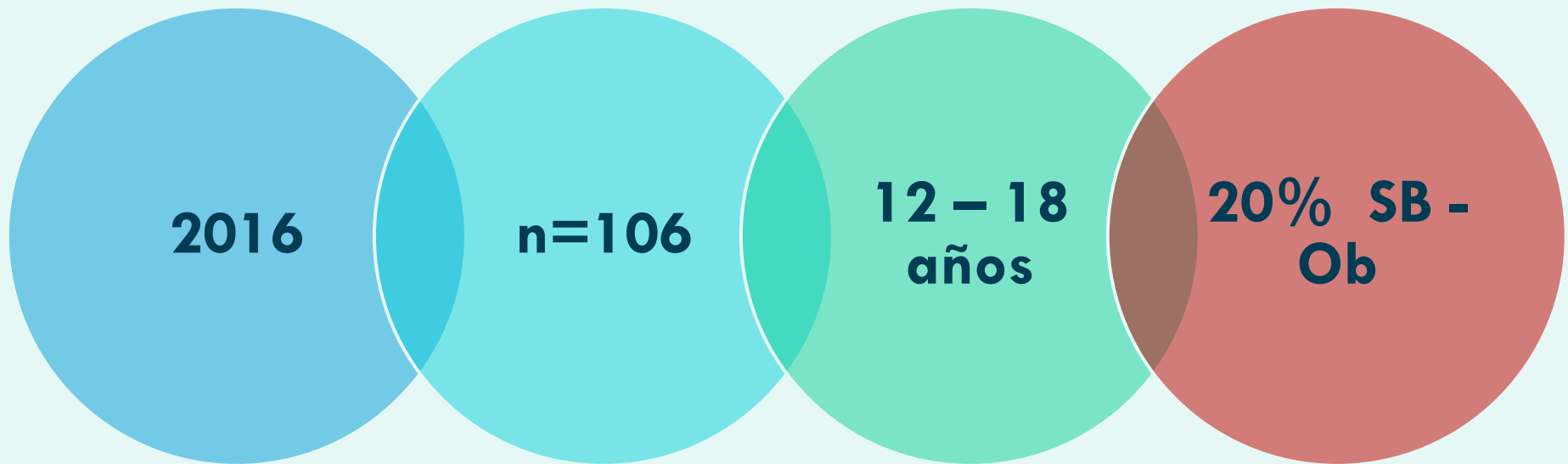




# Estado Nutricional

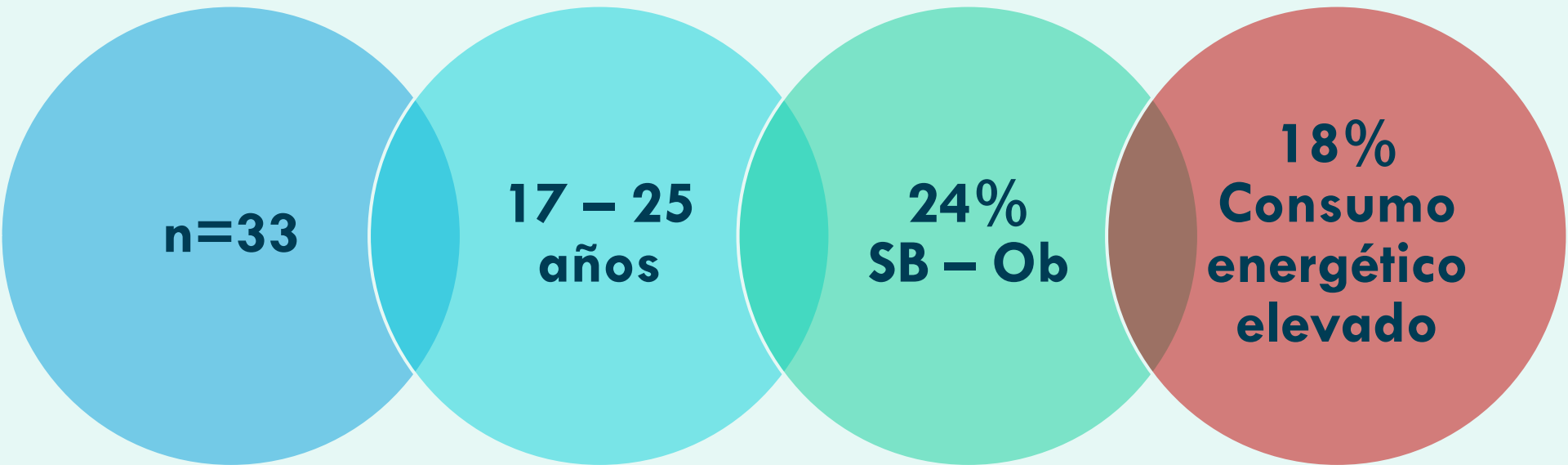
Datos Propios

# Estado Nutricional – adolescentes.



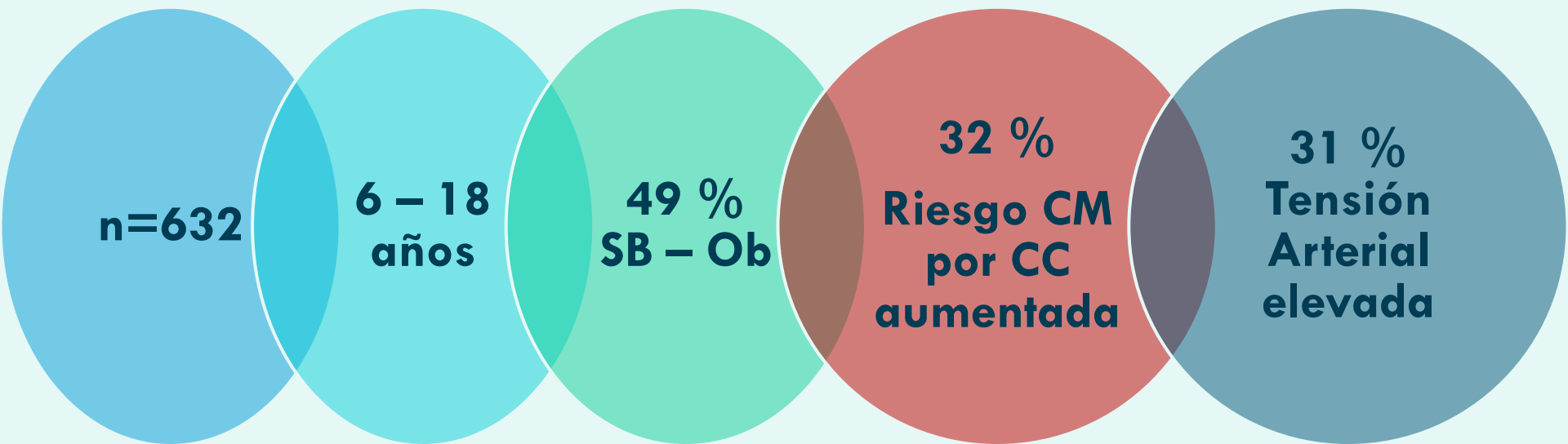
García Guevara E. Imagen corporal y estado nutricional de los adolescentes que concurren al secundario doble escolaridad del Colegio Labardén, ubicado en San Isidro, Provincia de Buenos Aires, durante el ciclo lectivo 2016. Tesina de Grado. Carrera de Nutrición, Universidad Maimónides. Argentina, 2017.

# Estado Nutricional – adolescentes y jóvenes.



Milgram J. Evaluación de la composición corporal e ingesta dietética y su relación con el rendimiento deportivo en los futbolistas de primera división representantes del club O.H.A. Macabi, durante el año 2016. Tesina de Grado. Carrera de Nutrición, Universidad Maimónides. Argentina, 2016.

# Estado Nutricional y Factores de Riesgo – niños y adolescentes.



# Hábitos Nutricionales

# Hábitos Alimentarios

## **Problemas vinculados con una mayor accesibilidad a determinados alimentos:**

- ❖ Aumento de la oferta y variedad de los alimentos.
- ❖ Mayor disponibilidad de alimentos a menor costo.
- ❖ Aumento de las grasas y de los hidratos de carbono en productos de bajo costo.
- ❖ Aumento del tamaño de las porciones sin correlación con el costo.

# Hábitos Alimentarios

## Problemas vinculados con el estilo de vida:

- ❖ Menor gasto energético a causa de la disminución en la exigencia de las condiciones generales de vida.
- ❖ Reducción de la actividad física.
- ❖ Aumento del sedentarismo.
- ❖ Aumento de la cantidad de horas transcurridas frente a pantallas.

# Hábitos Alimentarios

## Problemas vinculados con cambios en el patrón alimentario:

- ❖ Disminución en el número de comidas familiares.
- ❖ Aumento en la cantidad de comidas que los niños o adolescentes hacen solos.
- ❖ Aumento del consumo de alimentos envasados y comidas rápidas.
- ❖ Caída de los patrones de consumo saludable.

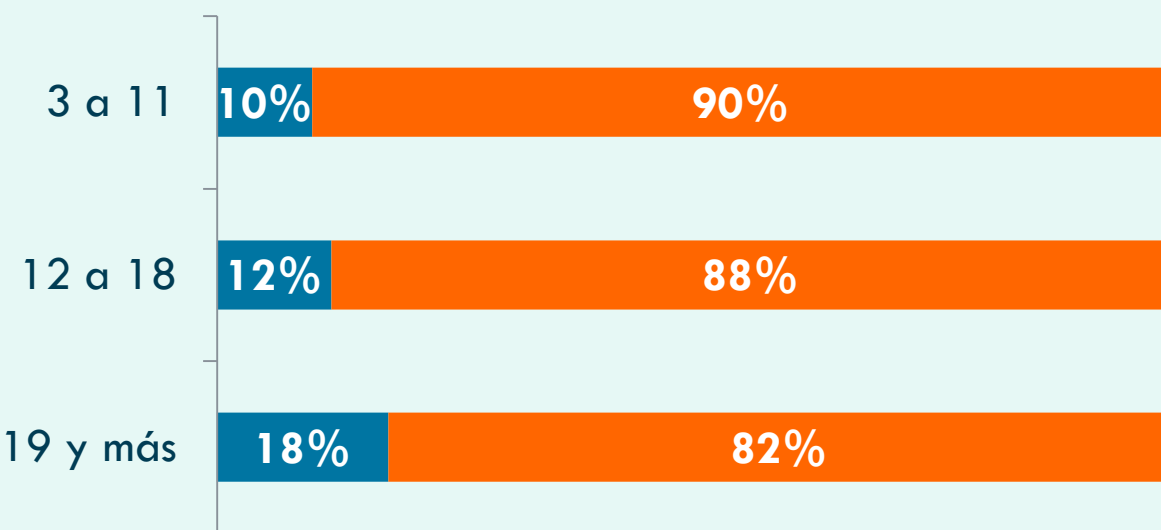


# HidratAR

Se contabilizó la totalidad de actos de ingesta de cada tipo de bebidas a lo largo de una semana, y se calculó el porcentaje correspondiente a cada tipo de bebida.



# HidratAR



**No calórico: soda/agua, infusión y bebida sin azúcar, patrón mixto.**

**Calórico: bebidas e infusiones con azúcar, bebidas e infusiones sin/con azúcar, patrón mixto.**

9 de cada 10 niños y adolescentes (89%) tuvo a lo largo de la semana un patrón de ingesta de bebidas e infusiones con azúcar, siendo éste más frecuente en niños y adolescentes que en adultos.

# HidratAR

Bajo consumo de agua.

Bebidas e infusiones con azúcar son las más consumidas por niños y adolescentes.

3 de 4 elecciones del adolescente son bebidas o infusiones con azúcar.

Desplazamiento del agua en las comidas por bebidas azucaradas.

La participación de adultos en la elección no contribuyen a un patrón más saludable.

# Encuesta Nacional a Estudiantes de Enseñanza Media.

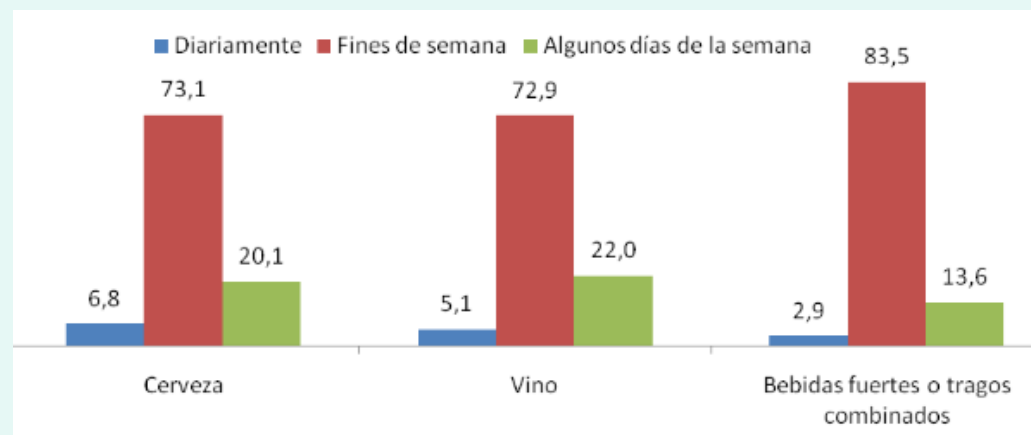
## Consumo de bebidas alcohólicas en adolescentes.

n=1.654.718

12 a 19  
años

22 escuelas  
de cada  
provincia.

El **46,3%** de los estudiantes del nivel medio han consumido alguna bebida alcohólica en el último mes.



# EISAR (Evaluación Integral de Salud en Áreas de Riesgo). ACUMAR (Autoridad de Cuenca Matanza Riachuelo).

- El 69,7% de los niños había consumido azúcar el día anterior, con una media de 22,1 g.
- Sólo el 35,4% de los niños consumió al menos una fruta el día anterior.
- Los mayores porcentajes de consumo de vegetales están centrados en alimentos que componen las preparaciones más habituales (guisos, estofados) como cebolla, ají, papa y el tomate en conserva.

# Encuesta de Conocimientos, Actitudes y Hábitos – CESNI



# Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) 2013.

## Consumo de 5 o más porciones de frutas o verduras al día de la población según ENFR 2013.

<b>Total</b>	4,5%
<b>Sexo</b>	
Varón	4,2%
Mujer	5,4%
<b>Grupo de Edad</b>	
18 a 24 años	3,8%

ENFR 2009 4,8%

ENFR 2013 4,9%

# Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) 2013.

## Promedio de consumo diario de porciones de frutas o verduras al día de la población según ENFR 2013.

<b>Total</b>	1,9
<b>Sexo</b>	
Varón	1,8
Mujer	2
<b>Grupo de Edad</b>	
18 a 24 años	1,7

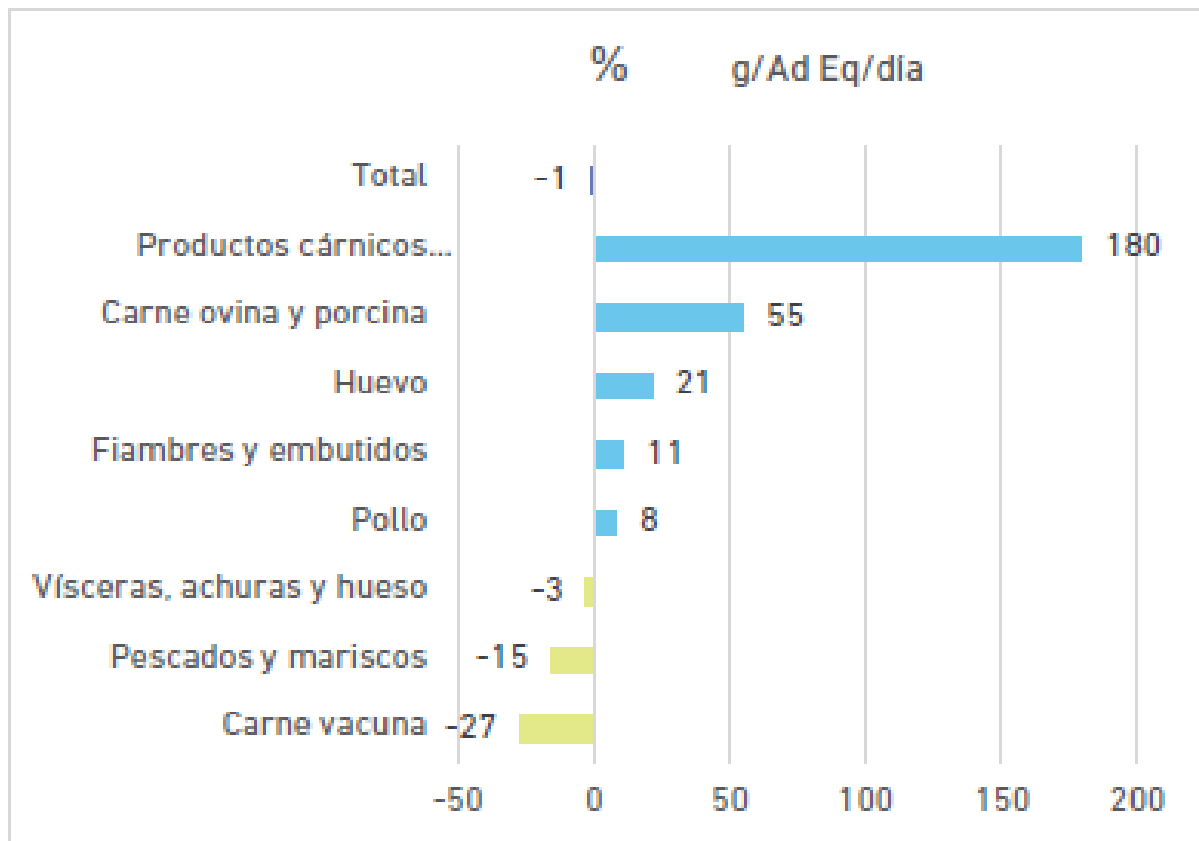
**ENFR 2009 2 porciones**

**ENFR 2013 1,9 porciones**



# La mesa de los argentinos en las últimas décadas.

## Cambio en el consumo de carnes y huevo entre 1996-97 y 2012-13



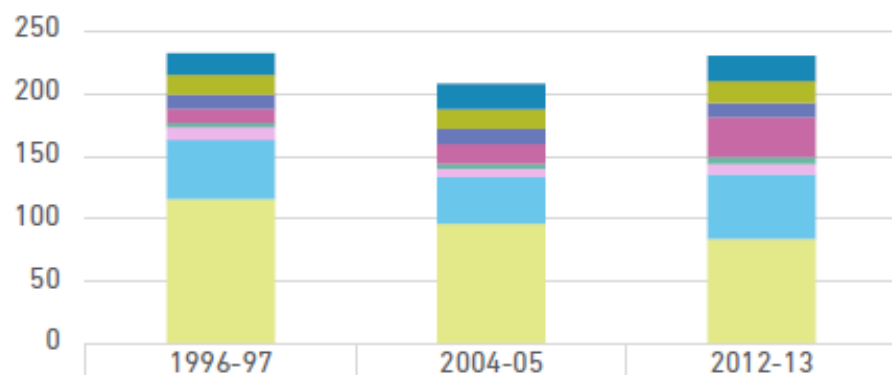
# La mesa de los argentinos en las últimas décadas.

## Consumo aparente de carnes y huevo según período (g/Ad Eq/d)

El consumo de carne vacuna y pescados disminuyó, mientras que el resto aumentó.

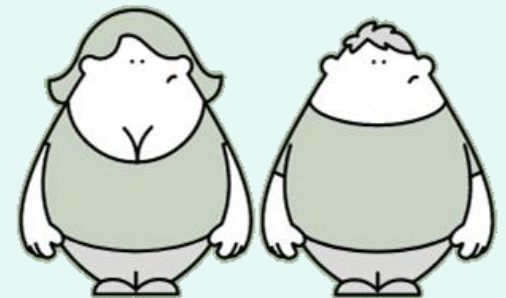
El consumo de carnes y huevo supera las 200 g/Ad Eq/día en los tres períodos

El consumo de productos cárnicos semielaborados\*, se triplicó en el transcurso de los últimos 20 años



	1996-97	2004-05	2012-13
Huevo	17	21	20
Fiambres y embutidos	16	16	18
Visceras, achuras y hueso	11	12	11
Productos cárnicos semielaborados	11	16	32
Carne ovina y porcina	3,4	3,9	5,2
Pescados y mariscos	9,7	6,5	8,2
Pollo	48	37	52
Carne vacuna	116	97	84

- Según datos de 2010 de la Base de Datos Global sobre Crecimiento Infantil y Malnutrición de la OMS, Argentina presenta el mayor porcentaje de obesidad infantil en niños y niñas menores de cinco años en la región de América Latina con un 7,3% de prevalencia.



# Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA)



## Consejo N° 6

**Al consumir carnes quitale la grasa visible antes de la cocción y aumentá el consumo de pescado. Incluí huevo en tu alimentación.**

- ❑ Alternar carnes rojas y blancas en la semana.
- ❑ Comé 3 veces por semana pescado.



# Muchas gracias

Mgt. Marcela Leal

Carrera de Nutrición

Universidad Maimónides