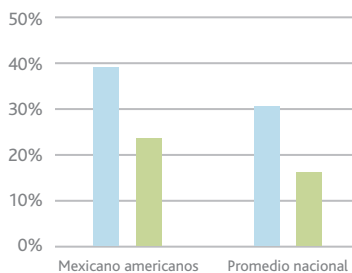


Obesidad en los niños latinos

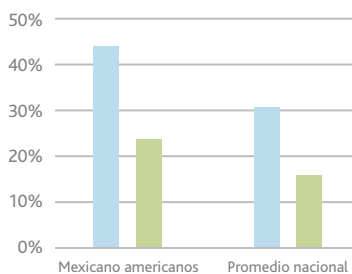
Información y datos para una generación en peligro

Según el *Censo 2010*, los residentes estadounidenses de origen mexicano constituyen la gran mayoría (63%) de los hispanos que viven en el país. Estos gráficos presentan el estado actual de la obesidad en los niños mexicano-americanos en comparación con el promedio nacional.

EDADES 6–11



EDADES 12–19



■ Sobrepeso ■ Obesidad

Fuente: CDC: *Battling Childhood Obesity*

Historial

La obesidad en los niños y adolescentes latinos es una emergencia de salud pública que está amenazando el futuro del grupo de más rápido crecimiento en el país. Dada la trayectoria actual, esta generación de latinos podría ser la primera generación de americanos en tener una vida más corta que la de sus padres (*At Risk*, 113*).

La falta de dieta y de ejercicio son dos de los principales factores que contribuyen al desarrollo de la obesidad en la comunidad latina. Estas familias no suelen tener acceso a supermercados y tienden a consumir alimentos poco balanceados. Algunos no pueden hacer ejercicio por falta de seguridad en sus vecindarios, falta de medios de transporte y otras barreras.

Una de las fuentes más completas de información sobre los niños latinos y los problemas asociados con la obesidad y otras enfermedades relacionadas es: *At Risk: Latino Children's Health*, un libro editado por Rafael Pérez-Escamilla y Hugo Melgar-Quiñonez y publicado por Arte Público Press, Houston. La mayor parte de la información de este documento proviene de esa publicación.

**At Risk: Latino Children's Health* (Arte Público Press, 2011)



Contexto e índices comparativos de obesidad

- Hoy en día, 22% de los niños en EE. UU. son latinos. Se estima que para el año 2050, 35% de niños será de origen latino (*At Risk*, 39).
- Datos recientes muestran que 9.9% de los niños estadounidenses no tienen seguro médico. Entre los niños latinos, aproximadamente 17% no tiene cobertura (*At Risk*, 39).
- Si persisten las tendencias actuales, la mitad de los niños latinos nacidos después del año 2000 va a desarrollar diabetes tipo 2 durante el curso de su vida (*At Risk*, 113).
- A nivel nacional, entre los niños de 6 a 11 años de edad, 30% presenta sobrepeso y 15.3% es obeso. Entre los niños mexicano-americanos, 39.3% presenta sobrepeso y 23.7% son obesos (*Centers for Disease Control: Battling Childhood Obesity*).
- A nivel nacional, entre los adolescentes de 12 a 19 años, 30.4% presenta sobrepeso y 15.5% es obeso. Entre los adolescentes mexicano-americanos, 43.8% presenta sobrepeso y 23.4% es obeso (*CDC: Battling Childhood Obesity*).
- Los índices de obesidad en los varones estadounidenses de origen mexicano son los más altos de cualquier grupo de niños americanos. Esto representa 46% de los niños entre 12 y 19 años, 44% de los niños entre 6 y 11 años y casi 33% de los niños entre 2 y 5 años (*At Risk*, 115).
- Los índices de obesidad entre las niñas estadounidenses de origen mexicano son igual de altos, representan 42% de las adolescentes y 39% de las niñas entre 6 y 11 años (*At Risk*, 115).

46%

DE LOS MEXICANO-AMERICANOS DE 12 A 19 AÑOS SON OBESOS

Fuente: *At Risk*, 115

LOS VECINDARIOS LATINOS TIENEN

1/3

DE LA CANTIDAD DE SUPERMERCADOS QUE TIENEN EL RESTO DE LOS VECINDARIOS

Dieta

- Bebes y niños latinos consumen más bebidas azucaradas que los que no son hispanos (*At Risk*, 89).
- La publicidad en la televisión influye a familias latinas a gastar más dinero en comida chatarra y alimentos ricos en grasa (*At Risk*, 90).
- Vecindarios urbanos y pobres tienen acceso limitado a supermercados pero tienen mayor acceso a restaurantes de comida rápida. Vecindarios latinos tienen aproximadamente un tercio de los supermercados que, en comparación, tienen otros barrios (*Robert Wood Johnson Foundation: Overweight and Obesity Among Latino Youths*).
- Los estudiantes latinos en escuelas secundarias tienen más acceso a la comida rápida que sus compañeros no latinos. La cafetería en sus escuelas les da la opción de seleccionar marcas de comida rápida de una línea a la carta en promedio dos días a la semana, en comparación con una vez a la semana para los estudiantes afro-americanos y blancos (*Robert Wood Johnson Foundation: Overweight and Obesity Among Latino Youths*).



Ejercicio

- El estudio *Viva La Familia*, realizado entre 897 niños latinos, reveló que 87% de los participantes con edades comprendidas entre 4 y 8 años, practican alguna actividad física al menos una hora diaria (según lo recomendado por el U.S. Department of Health and Human Services). Sin embargo, entre los adolescentes latinos con edades entre 12 y 19 años, sólo 37% dedica el tiempo recomendado a la actividad física (*At Risk*, 92).
- Más de 41% de los padres latinos reportaron la inseguridad de sus vecindarios como una razón clave para la falta de actividad física. Otros factores incluyeron la falta de oportunidades, dificultades de transporte y el costo asociado con la participación en actividades físicas (*At Risk*, 9).
- Más de 25% de los jóvenes hispanos de 9–13 años están involucrados en actividades físicas fuera de la escuela, en comparación con 46.6% de los jóvenes blancos de la misma edad (*Robert Wood Johnson Foundation: Overweight and Obesity Among Latino Youths*).

Para más información sobre UN DÍA SIN AZÚCAR visite:
www.latinoteca.com/day-without-sugar

