



Ambiente Obesogénico, Orígenes y Consecuencias

La edición de este mes destaca los cambios extraordinarios y relativamente recientes en los hábitos alimenticios en todo el mundo occidental que inevitablemente aumentan el riesgo de obesidad y otras discapacidades para la mayoría de nuestras poblaciones. Se destacan tres países - Australia, Alemania y Noruega - que tienen economías, alimentos indígenas y procesos políticos muy diferentes para manejar las regulaciones de la cadena alimentaria. Sin embargo, a pesar de los análisis de los expertos médicos y nutricionistas con asesoramiento a los encargados de formular políticas, cambios dramáticos e insalubres en los hábitos alimentarios se han producido a partir de principios de 1980. En ese momento me estaba embarcando en la evaluación del impacto de los diferentes alimentos en el equilibrio energético y el control del apetito, mientras que al mismo tiempo fue invitado por el gobierno del Reino Unido para ayudar a mejorar la eficiencia y, de hecho, las oportunidades económicas de la industria alimentaria. Pronto descubrí que la industria alimentaria sólo tenía una idea tosca con paneles de sabor simples sobre cómo hacer que sus comidas fueran más atractivas -había muy poca comprensión científica de cómo aumentar las ventas de alimentos.

Ahora, como resultado de brillantes análisis de la psicología de la elección de alimentos, las industrias alimentarias han desarrollado un sistema para la venta de alimentos procesados y bebidas en todo momento del día y la noche con la gente comiendo y bebiendo en movimiento. Las técnicas de marketing sofisticadas incluyen trucos biológicos fundamentales que incluyen la adición de sabores mal especificados que activan selectivamente los centros de placer del cerebro y eluden opciones de alimentos racionales. Estas circunstancias explican por qué el análisis prospectivo del problema de la obesidad por parte del jefe científico del Reino Unido especificó que el aumento de peso en las circunstancias actuales era la respuesta biológica normal de todos a nuestro ambiente alimentario.

Por lo tanto, no es de extrañarse que los últimos análisis mundiales de la carga de la enfermedad de 2015 confirmen análisis previos referentes a que las dietas inadecuadas son la principal causa de discapacidad global. Los expertos de la OMS también han defendido el uso de medidas fiscales para gravar, por ejemplo, el azúcar en la dieta y para subsidiar la compra de verduras y frutas. Vamos a tener que utilizar importantes medidas de transformación social si queremos desarrollar un sistema alimentario sostenible adecuado para el bienestar a largo plazo de la sociedad.

W Philip T James

Ex Presidente de la Federación Mundial de Obesidad - Reino Unido



Un boletín compartido
en todo el mundo

P. Alvarado • 5 a Day Nicaragua
H. Barga • 5 am Tag Germany
S. Barnat • Aprifel • France
P. Binard • Freshfel Europe • Belgium
D. Ferreira • 5 ao dia • Portugal
A. Moises • 5xday • Mexico
L. DiSogra • United Fresh • USA
P. Dudley • United Fresh • New Zealand
J. Estradas • 5 a Day Bolivia
G. Fretes • 5 a Day Paraguay
C. Gamboa • Network 5 a Day Costa Rica
• Ministry of Health
F. Gomes • F&V Promotion Program Brazil • INCA
A. Gysi • 5 am Tag • Switzerland
P. Harycki • 5 a Day Poland • KUPS
H. Huss • CO CONCEPT • Luxemburg
Z. Huszti • 5 a Day Hungary
Y. Iritani • 5 a Day Japan
J. Jalkanen • 5 a Day Finland
S. Lauxen • 5 am Tag Germany Corporation
S. Lewis • Fruits & Veggies Half Your Plate! • Canada
C. Macias • F&V Promotion Program of Cuba
• Institute of Nutrition and Food Hygiene
M. Penny • 5 a Day Peru
E. Pivonka • Fruits & Veggies - More Matters • USA
G. Rebnes • 5 a Dagen • Norway
J. Rey • 5 a Day Spain • Association for the Promotion of consumption of F&V
A. Senior • 5 a Day Colombia • Corporación Colombia Internacional
M. Tapia • 5 a Day Foundation Venezuela
L. Troconis • 5 A Day Program El Salvador
F. Vio • 5 a day Chile Corporation
Harry von Barga • 5 am Tag Germany
M. Winograd • 5 a Day Association Argentina



Reconocimiento a 250
colaboradores desde 2016

September 2012: G. Cannon; DS. Frozi & colleagues; E. Jacoby; M. Chivico & collaborators; AS. Mojica, W. Lizarazo and N. Vásquez (Latin-american F&V and cuisine: life resource and cultural heritage)
October 2012: DA. Greenaway; JA. Reeder & J. Gilbert; T. Andreyeva; A. Hillier (Special WIC Program)
November 2012: MB. Schulze; AJ. Cooper, NG. Forouhi; C. Zhang & Colleagues; KR. Siegel and K.M. Venkat Narayan (Fruit & vegetables and diabetes)
December 2012: Lorelei DiSogra, S. Capacci ; L. Dorfman and M. Wootan ; V.Kraak and M. Story (Nutrition policy)
January 2013: BE. Mikkelsen; TP. Pedersen & Colleagues; KC Mathias; YL. Chu (F&V and family meals)

Ediciones disponibles en:

Inglés:

www.aprifel.com / www.freshfel.org / www.kauppapuutarhaliitto.fi
www.unitedfresh.co.nz / www.5amtag.ch / www.halfyourplate.ca

Francés:

www.aprifel.com

Español:

www.5aldia.org

Conductas alimentarias de adultos jóvenes que crecieron en un ambiente de obesos

Margaret Allman-Farinelli¹, Stephanie R. Partridge¹, Monica Nour¹, Rajshri Roy²,

¹Nutrition and Dietetics, Charles Perkins Centre, University of Sydney, NSW, Australia
²Nutrition and Dietetics, School of Medical Sciences, University of Auckland, New Zealand.

Adultos Jóvenes y los ambientes de obesos

La génesis de ambientes que promueve obesidad se remonta a principios de los años ochenta. Toda la población se ha visto afectada por este medio alimentario, pero los adultos jóvenes de hoy (de 18 a 35 años) nunca han experimentado otro tipo de comida. Encontramos sus hábitos dietéticos moldeados por el ambiente alimentario moderno con abundancia de ofrendas de alimentos preparados fuera del hogar y fácil acceso a alimentos ultraprocesados. Los tamaños más grandes de las porciones han sido el estándar social sin recordar que los tamaños de la porción eran más pequeños. Preocupa que en países como Australia, la Generación Y se está volviendo más obesa y con sobrepeso a una edad más temprana que la generación de sus padres. (1).

Adultos Jóvenes y los ambientes de obesos

Hay una notable similitud en el consumo de alimentos y bebidas asociadas al aumento o disminución de peso entre adultos jóvenes del mundo. Muchos jóvenes beben bebidas azucaradas, que están implicadas en el aumento de peso. Las hamburguesas, las patatas fritas, las pizzas, los panchos, las empanadas, los tacos, y el pollo frito que se compran típicamente de los fast-food forman gran parte de los menús de adultos jóvenes. El consumo de alimentos rápidos no se limita sólo a los Estados Unidos y el Reino Unido. Por ejemplo, incluso en un país asiático, encontramos que el 44% de los jóvenes singapurenses comen estos alimentos regularmente y sólo uno de cada diez evita comidas rápidas. En comparación, tres de cada cinco adultos de 50 a 59 años no son consumidores de comidas rápidas (2).

Cuando se trata de verduras, descubrimos que los adultos jóvenes son los peores consumidores. La ingesta pobre es un escenario habitual en los Estados Unidos, Reino Unido, Australia y muchos países de Europa Occidental como Alemania, Italia y Francia. La evidencia para apoyar el papel de la ingesta de verduras en la prevención del aumento de peso no es clara, pero el seguimiento a diez años de un grupo de adultos jóvenes en los Estados Unidos, mostró que los varones que comieron más vegetales ganaban menos peso (3). En un estudio de intervención para prevenir la obesidad incidente en adultos jóvenes con sobrepeso, se demostró que el aumento de la ingesta de verduras representó el 20% de la pérdida de peso en los participantes de la intervención (4). Las verduras ciertamente tienen un papel en la prevención de enfermedades cardiovasculares, accidentes cerebrovasculares y mortalidad por todas las causas aunque no está claro su efecto en la obesidad (5).

Alimentos fuera de los grupos básicos, los llamados ultraprocesados, o altos en grasas saturadas y azúcares, así como los de confitería, galletas y pasteles están haciendo contribuciones considerables a la ingesta de energía. En Australia, estos alimentos representan más de un tercio de la ingesta de energía. En Brasil, los alimentos ultraprocesados aparecen más frecuentemente en dietas de adultos jóvenes.

Referencias

1. Allman-Farinelli MA, Chey T, Bauman AE, Gill T, James WP. Age, period and birth cohort effects on prevalence of overweight and obesity in Australian adults from 1990 to 2000. *European Journal of Clinical Nutrition*. 2008;62(7):898-907.
2. Whitton C, Ma Y, Bastian AC, Fen Chan M, Chew L. Fast-food consumers in Singapore: demographic profile, diet quality and weight status. *Public Health Nutrition*. 2014;17(8):1805-
3. Quick V, Wall M, Larson N, Haines J, Neumark-Sztainer D. Personal, behavioral and socio-environmental predictors of overweight incidence in young adults: 10-yr longitudinal findings. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2013;10:37.

Advenimiento de un "patrón dietético global" en adultos jóvenes

Durante la edad adulta emergente (de 19 a 25 años de edad) la presión por parte de sus pares se reduce respecto a los adolescentes. La presión por opciones de lo que se come comienza a disminuir. Los jóvenes adultos forman parte de una sociedad global, y la interconexión de la comunicación moderna es altamente persuasiva, así como la publicidad de alimentos dirigida a los jóvenes tiene un alcance global. Los patrones dietéticos globales de adultos jóvenes dentro de un país muestran variación pero un cuadro universal de patrones dietéticos aparece a pesar de contar con opciones diversas de cocinas nacionales. En una muestra de mujeres jóvenes japonesas, surgieron cuatro pautas dietéticas. Uno era más tradicional, es decir, "pescado y verduras" con un buen perfil nutricional, pero un patrón más occidental también se encuentra etiquetado "pan y confiterías" que contenía no sólo los alimentos, sino también las bebidas azucaradas y el cacao. Las conclusiones de dos estudios brasileños diferentes indican que los jóvenes brasileños tienen dietas más parecidas a la dieta de los estadounidenses que los brasileños mayores. Además, el análisis de patrones muestra dietas que van desde "saludable" y "tradicional brasileño" a un "patrón denso de energía" (incluyendo postres, galletas, chocolates y papas fritas entre los alimentos típicos) y un patrón de bar, aperitivos salados y alcohol. Los jóvenes adultos de Irlanda del Norte demostraron un patrón «social / bebedor» (incluyendo alcohol, pan blanco, platos de carne), de «occidentales» (refrescos, patatas fritas y patatas fritas), de «golosinas» (incluidos los postres y confitería) y «saludables» Frutas y verduras y pan integral) (6). Así, los adultos jóvenes de cada país mostraron patrones saludables e insalubres. La investigación de por qué algunos adultos jóvenes son más vulnerables a la adopción de patrones pobres en el conductas alimentarias de obesos debe continuar. Deben estudiarse más a fondo los determinantes sociales, la escasa educación hacia los alimentos, la falta de habilidades culinarias y la inseguridad alimentaria.

Conclusión

Está claro que la norma social para la dieta en adultos jóvenes refleja las principales características de un ambiente alimentario de obesos. Los alimentos ricos en grasas saturadas, azúcar y sodio y bebidas azucaradas son alimentos básicos de sus dietas. La ingesta inadecuada de verduras prevalece en adultos jóvenes. En América del Sur, Europa y Asia se cambian los patrones de comidas más tradicionales a los típicamente encontrados en los Estados Unidos. Aún no se sabe si los patrones dietéticos de la generación actual de adultos jóvenes continuarán a través de sus vidas.

4. Partridge SR, McGeechan K, Bauman A, Phongsavan P, Allman-Farinelli M. Improved eating behaviours mediate weight gain prevention of young adults: moderation and mediation results of a randomised controlled trial of TXT2BFIT, mHealth program. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2016;13:44.
5. Oyebo O, Gordon-Dseagu V, Walker A, Mindell JS. Fruit and vegetable consumption and all-cause, cancer and CVD mortality: analysis of Health Survey for England data. *Journal of Epidemiology and Community Health*. 2014;68(9):856-62.
6. Allman-Farinelli M, Partridge SR, Roy R. Weight-Related Dietary Behaviors in Young Adults. *Current Obesity Reports*. 2016;5(1):23-9.

Alimentos ultraprocesados en Noruega: un análisis de las compras y los gastos de los consumidores

Siri Løvsjø Solberg¹, Laura Terragni² and Sabrina Ionata Granheim²

1. Department of Plant Sciences, Norwegian University of Life Sciences, Ås, Norway

2. Department of Health, Nutrition and Management, Oslo and Akershus University College of Applied Sciences, Oslo, Norway.

Los alimentos ultraprocesados están contribuyendo a la epidemia mundial de obesidad

El consumo de alimentos procesados es uno de los principales factores que contribuyen a la epidemia mundial de obesidad (1). En 2009 se introdujo un nuevo marco para clasificar los alimentos basado en la extensión del procesamiento industrial (2) y divide los alimentos y los productos alimenticios en:

- A) las frutas, hortalizas, legumbres, carne, leche, huevos, granos, harinas, etc.
- B) ingredientes culinarios (grasas animales, aceites vegetales, azúcar, sal);
- C) elaborados (alimentos conservados mediante salazón, secado, fermentación, estañado); o
- D) ultraprocesados (productos mezclados, como platos listos para comer, aperitivos y refrescos).

Alimentos procesados mínimamente y los ingredientes culinarios son la base para las comidas caseras y, junto con los alimentos procesados, constituyen la base de las dietas tradicionales. Sin embargo, el aumento del consumo de productos ultraprocesados está directamente relacionado con la obesidad (3). Estos productos dominan las dietas en los países de altos ingresos y están penetrando en los mercados de los países más pobres (4, 5).

Diseño del estudio: datos de ventas de alimentos en Noruega

Este estudio evaluó los datos de ventas de alimentos para identificar el grado en que la población noruega está comprando alimentos ultraprocesados sobre alimentos menos procesados para preparar comidas en casa. Se utilizaron datos de la distribución de alimentos en Noruega recogidos por Statistics Norway en septiembre de 2005 (n = 150) y 2013 (n = 170). Los datos consistieron en 795, 306 escáneres de códigos de barras de compras de artículos alimenticios, que proporcionaron información sobre el tipo de alimentos comprados, el precio pagado, la región geográfica y el tipo minorista. Se analizó la frecuencia de compra y gasto para cada uno de los cuatro grupos de alimentos descritos anteriormente.

Las compras de dulces, aperitivos y postres representó más de cinco veces al de los vegetales no procesados.

En 2005 y 2013, los productos ultraprocesados dominaron las compras y los gastos de alimentos en Noruega: el 59% de los alimentos comprados eran ultraprocesados. Todos los alimentos procesados mínimamente representaron sólo el 33% de los gastos en alimentos.

La división de las compras de alimentos en subgrupos mostró que los noruegos gastaban menos y compraban menos frecuentemente carne procesada mínimamente y aves de corral, pescado y marisco, verduras, patatas y frutas en comparación con las respectivas versiones procesadas y ultraprocesadas de estos alimentos (2).

Los dulces, bocadillos y postres fueron los alimentos más comprados, representando el 16% de las compras en 2013. En comparación, las carnes y aves de corral mínimamente procesadas representaron el 2% de las compras y las verduras, raíces y tubérculos representaron el 3%. Sólo el dos por ciento de las compras fueron frutas mínimamente procesadas.

Entre 2005 y 2013, las ventas de alimentos cambiaron ligeramente, pero a favor de los alimentos mínimamente procesados y en desfavor de los alimentos

ultra-procesados. Los mayores incrementos relativos en compras y gastos de alimentos fueron encontrados para frutas y verduras mínimamente procesadas y para comidas listas para comer. Las ventas de ultraproductos dulces disminuyeron ligeramente (- 1% punto). Los cambios hacia un patrón de compra de alimentos menos procesados se expresaron considerablemente más en la ciudad capital, Oslo, que en el resto del país.

El aumento en las ventas de frutas y verduras está relacionada con una mayor conciencia por la salud

Los alimentos ultraprocesados representan el 50% del gasto alimentario en Noruega, sobre la base de los datos analizados en este estudio. Los ultraproductos dulces por sí solos representaban la compra de cada tres artículos alimenticios y más de un quinto del gasto en alimentos.

La alta proporción de productos ultraprocesados en la dieta noruega está en línea con los resultados de estudios realizados en otros países de ingresos altos (6). Si los perfiles de nutrientes de dichas dietas en Noruega son similares a los de Canadá, por ejemplo, una reducción en el consumo de alimentos ultraprocesados es necesaria para la prevención de la obesidad y las enfermedades no transmisibles. De especial preocupación es la alta ingesta de azúcar.

La reducción de la proporción de las ventas de alimentos para productos ultraprocesados y el aumento de las ventas de frutas y hortalizas frescas están en consonancia con los aumentos documentados en la conscientización por aspectos de salud entre los consumidores noruegos (7).

Las políticas alimentarias y sanitarias de Noruega se basan en las recomendaciones dietéticas, el etiquetado, el fomento de la reformulación de los alimentos y la autorregulación de la industria alimentaria (8). En este estudio se recomienda concentrarse más en las políticas destinadas a reducir la ingesta de productos ultraprocesados y facilitar el acceso (incluso económico) a los alimentos menos elaborados.

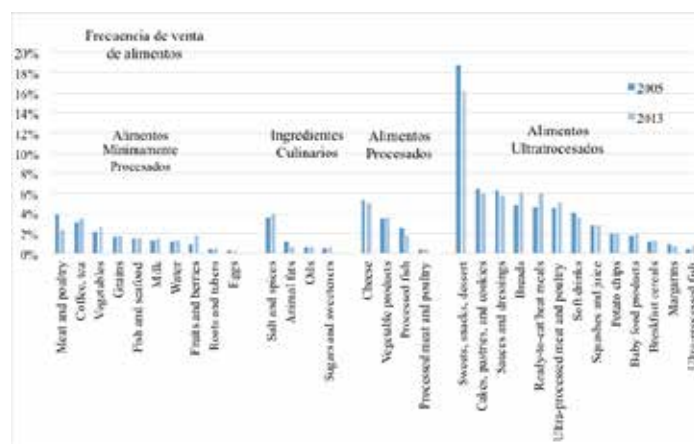


Figura 1: Venta de alimentos: Frecuencia de venta por grupos de alimentos en Septiembre 2005 y 2013.

Referencias

1. World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Joint WHO/FAO expert consultation. Technical report Series no. 916. Geneva: WHO; 2003.
2. Monteiro CA. Nutrition and health. The issue is not food, nor nutrients, so much as processing. *Public health nutrition*. 2009;12(05):729-31.
3. Louzada MLC, Martins APB, Canella DS, Baraldi LG, Levy RB, Claro RM, et al. Consumption of ultra-processed products is associated with obesity in adolescents and adults in Brazil. *Ann Nutr Metab* 2013;63 (suppl. 1):199-200.
4. Monteiro CA, Moubarac JC, Cannon G, Ng SW, Popkin BM. Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system. *Obes Rev*. 2013;14:21-8.
5. Stuckler D, McKee M, Ebrahim S, Basu S. Manufacturing epidemics: the role of global

- producers in increased consumption of unhealthy commodities including processed foods, alcohol, and tobacco. *PLoS Med*. 2012;9(6):e1001235. doi:10.1371/journal.pmed.
6. Moubarac JC, Martins AP, Claro R, Levy R, Cannon G, Monteiro CA. Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. *Evidence from Canada*. *Public health nutrition*. 2012;16(12):2240-8.
7. Bugge AB. Hva kjennetegner forbrukernes preferanser, prioriteringer og praksiser knyttet til fi sk og grønnsaker. In: Bugge AB, editor. *HealthMeal Hvordan nå de ernæringsmessige målsetningene om økt forbruk av fi sk og grønnsaker?* Oslo: SIFO; 2015.
8. Meld.st. 34 (2012-2013). *Folkhelsetmeldingen: God helse - felles ansvar*. Oslo: Regjeringen; 2013.

La carga económica e intangible de la obesidad en Alemania

Tobias Effertz

Universität Hamburg, Alemania

La alimentación poco saludable y la obesidad resultante son amenazas conocidas y altamente discutidas para la salud que han aumentado hasta niveles problemáticos en los países de altos ingresos durante las últimas décadas. Durante años, la OMS ha señalado los peligros de las enfermedades crónicas no transmisibles causadas por la obesidad. Tobias Effertz y colegas de la Universidad de Hamburgo y la "Techniker Krankenkasse", la compañía de seguros de salud más grande de Alemania en el sistema legal de seguro médico, calcularon los costos y las consecuencias de la obesidad en Alemania. Se tomaron datos de reclamaciones del seguro de salud estatal alemán en un reciente estudio. Para su estudio se analizó una muestra de 146.000 sujetos, incluyendo 31.032 personas obesas observadas durante 4,5 años con respecto a los costos de salud, el empleo y otros parámetros económicamente relevantes.

Medición y cuantificación del costo y las consecuencias de la obesidad en Alemania

En Alemania actualmente más de la mitad de la población adulta tiene sobrepeso y el 24% incluso es obeso, según el Instituto Robert-Koch de Berlín. El estudio de evaluación de costos de Effertz y colegas tiene un triple enfoque y, por lo tanto, es muy amplio: primero se pretende calcular los costos económicos anuales debidos a la obesidad, que incluyen los costes en el sector alemán de la salud y las pérdidas de productividad para los individuos y la sociedad. En segundo lugar, los autores se centraron en las deficiencias inmateriales debidas a la obesidad que, con mayor frecuencia, no se

consideraban en estudios anteriores, a saber, "dolor y sufrimiento" de los sujetos obesos, además de los costos. En tercer lugar, hay una información importante que se debe obtener para los políticos y el público sobre si los sujetos obesos "pagar su camino" en el sistema de seguridad social alemán, es decir, si las primas de seguro social pagado exceden los costos para las personas obesas o no. Para abordar esta cuestión, los costos netos totales de un individuo obeso se calcularon desde una perspectiva de ciclo de vida. En el pasado los defensores de la industria del tabajo, por ejemplo afirmaban que las personas con estilos de vida arriesgados producen un beneficio de muerte para la sociedad, ya que reciben menos pagos de pensiones debido a su mayor mortalidad. El estudio pretendía verificar críticamente esta afirmación.

Consecuencias tangibles e intangibles de la obesidad

Los resultados del nuevo estudio alemán son alarmantes: En total los costos anuales de la obesidad en Alemania suman 63 mil millones de euros cada año con 29,39 millones de euros de costos directos en el sector de la salud y 33,65 millones de euros de pérdidas de productividad como el desempleo y la mortalidad. En relación con el presupuesto total del seguro médico alemán, el 13,65% de todos los costos podrían ser evitados si la obesidad se redujera efectivamente. Pero dado que la obesidad en Alemania está en alza y tiene un período de latencia alto para varias enferme-

dades graves, los autores esperan que los costos económicos aumenten sustancialmente en el futuro. El estudio estima que las personas obesas en promedio pierden hasta cuatro años de expectativa de vida. 102.000 personas mueren prematuramente debido a la obesidad en Alemania cada año: una cifra cercana a las 110.000 muertes anuales debido al tabaquismo en Alemania. Además, el dolor y el sufrimiento, evaluados por los autores con la probabilidad de ser diagnosticados con dolor agudo o crónico durante el tiempo de observación y la carga de comorbilidad adicional es significativamente mayor. Por ejemplo, la probabilidad de ser diagnosticado con dolor es de 6 a 12 puntos porcentuales más alto entre las personas obesas. Más de la mitad de las mujeres obesas mayores en Alemania sufren de dolor agudo o crónico. Esto muestra la pérdida de calidad de vida que un

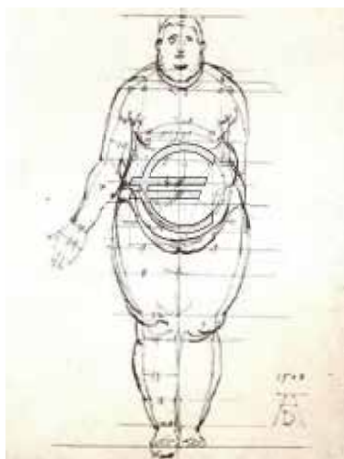
individuo obeso sufre en promedio. En cuanto al tercer enfoque del estudio: la disminución de la vida útil no compensa los altos costos que se acumulan a lo largo del ciclo de vida. Todo adolescente varón de 15 años de edad obeso provoca un coste neto de 166.911 euros en valor actual a lo largo de todo el ciclo de vida; Las mujeres incluso causan 206.526 euros debido a los menores salarios y tiempos de trabajo.

Una llamada de atención a Alemania: La necesidad de una prevención efectiva

Las figuras derivadas muestran una verdad crucial a menudo descuidada por los políticos de salud pública especialmente en Alemania: Instrumentos de prevención orientados al

comportamiento, por las campañas de información y la educación escolar sobre la nutrición, que han sido ampliamente promovidas por la industria alimentaria en Alemania, son en su mayoría ineficaces. La comercialización de alimentos de la industria ha generado constantemente un "ambiente adipógeno" con la publicidad dirigida a los niños y los bajos precios de los alimentos poco saludables. La obesidad es la manifestación de un estilo de vida poco saludable que debido a la fuerte habituación de la alimentación también exige fuertes instrumentos de prevención. Los impuestos más altos sobre los alimentos no saludables altos en grasa, sal y azúcar parecen ser un instrumento fuerte y prometedor para frenar y reducir la aparición de la obesidad en Alemania. Por último, más de la mitad de los casos incidentes de obesidad en Alemania se documentan entre los sujetos menores de 20 años de edad. Los políticos de salud pública deben darse cuenta de que las raíces de la alimentación poco saludable y la pandemia de la obesidad se encuentran en la infancia y la adolescencia. Un paso importante en la prevención sería la prohibición de la publicidad de alimentos a los niños en los medios de comunicación, ya que no entienden adecuadamente los señuelos de la publicidad. La mayoría de los padres de Alemania estaría seguramente de acuerdo con esto.

El autor declara no tener conflicto de intereses.



Referencias

1. World Health Organization (2004) Global strategy on diet, physical activity and health. World Health Organization, Genf
2. Effertz T, Engel S, Verheyen F, Linder R, (2015) The Costs and Consequences

of Obesity in Germany - A new approach from a prevalence and lifecycle perspective, European Journal of Health Economics, DOI 10.1007/s10198-015-0751-4