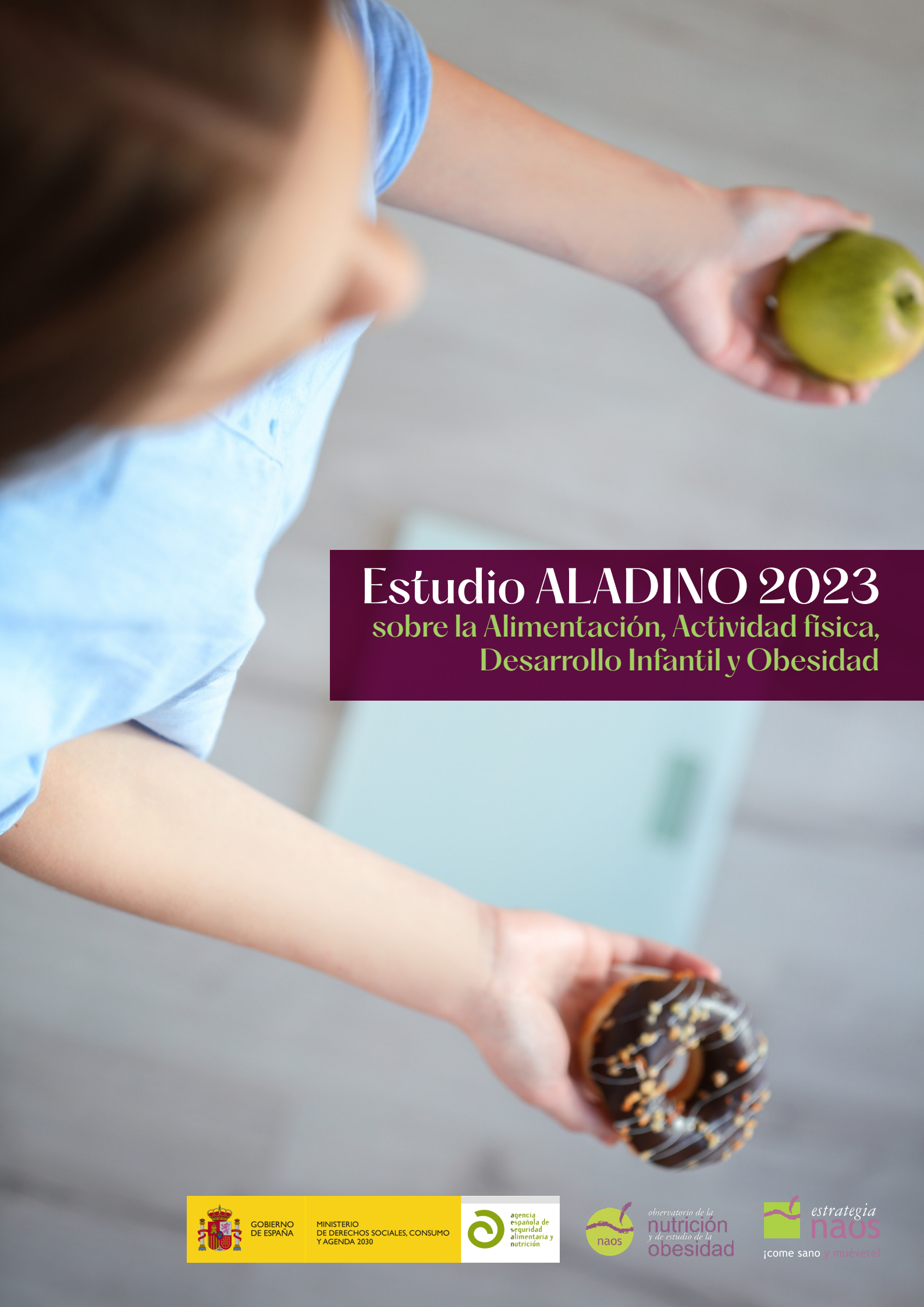


Estudio ALADINO 2023

sobre la Alimentación, Actividad física, Desarrollo Infantil y Obesidad

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030
agencia española de seguridad alimentaria y nutrición
naos
observatorio de la nutrición y de estudio de la obesidad
estrategia naos
¡come sano y muévete!

Estudio ALADINO 2023

sobre la Alimentación, Actividad física, Desarrollo Infantil y Obesidad

El Estudio ALADINO, realizado desde el año 2011 por el Observatorio de la Nutrición y de estudio de la Obesidad de la AESAN, es un estudio de las medidas antropométricas de escolares de 6 a 9 años residentes en España, enmarcado en la iniciativa de Vigilancia de la Obesidad Infantil (COSI), de la Oficina europea de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Esta edición comprende una muestra de 12.678 escolares representativa de la población de 6 a 9 años residente en España, y tiene como objetivo conocer la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil, evaluar su evolución en el tiempo, y su asociación con distintos factores socioeconómicos relativos al entorno escolar y familiar.

Resultados principales

La prevalencia total de **exceso de peso es del 36,1 % en los escolares analizados.** Los resultados muestran que se ha producido un ligero descenso **de 4,5 puntos porcentuales en escolares con exceso de peso entre 2019 y 2023,** específicamente **de 3,1 puntos porcentuales en el caso del sobrepeso y 1,4 para la obesidad**.

Las prevalencias de obesidad y sobrepeso son más altas en entornos familiares con ingresos brutos inferiores a 18.000 €/anuales. Las mayores prevalencias de exceso de peso se mantienen constantes a lo largo de todas las ediciones en las familias de rentas más bajas, lo que supone una potencial cronificación del exceso de peso en los escolares de familias más vulnerables y un aumento de la desigualdad en la salud con respecto a los niños y niñas procedentes de familias con rentas medias y altas.

Situación ponderal total de la muestra y por sexo:

ALADINO 2023 - Prevalencias (%)

	Niños (n 6535)	Niñas (n 6143)	Total (n 12678)
Delgadez	3,5	1,9	2,7
Normopeso	58,9	63,6	61,2
Sobrepeso	20,2	20,1	20,2
Obesidad	17,3	14,3	15,9
Exceso peso (sobrepeso + obesidad)	37,5	34,4	36,1

La obesidad y la obesidad severa continúan siendo más frecuentes en niños (niños 17,3 % vs. niñas 14,3 %; niños 4,8 % vs. niñas 2,4 %, respectivamente), mientras que el sobrepeso no presenta diferencias entre sexos.

En niños, tanto la prevalencia de sobrepeso como de obesidad son más elevadas en el grupo de 9 años de edad, mientras que en niñas, solo la obesidad es mayor en ese mismo grupo de edad.

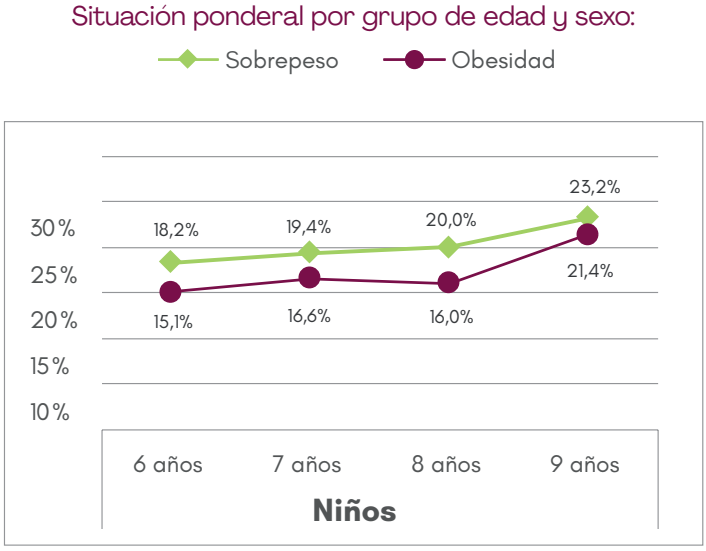


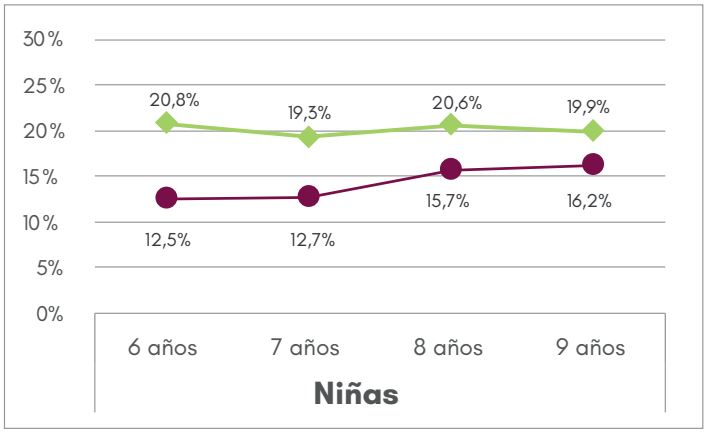
Situación ponderal por grupo de edad y sexo:

ALADINO 2023 - Prevalencias (%) por grupo de edad y sexo

	6 años		7 años		8 años		9 años	
	Niños	Niñas	Niños	Niñas	Niños	Niñas	Niños	Niñas
Delgadez	4,5	1,9	2,2	1,7	3,6	2,2	3,6	2,0
Normopeso	62,2	64,9	61.8	66,3	60,4	61,5	51,7	61,9
Sobrepeso	18,2	20,8	19,4	19,3	20,0	20,6	23,2	19,9
Obesidad	15,1	12,5	16,6	12,7	20,0	15,7	21,4	16,2
Exceso de peso (SO + OB)	33,3	33,3	36,0	32,0	36,0	36,3	44,6	36,1

Situación ponderal por grupo de edad y sexo:



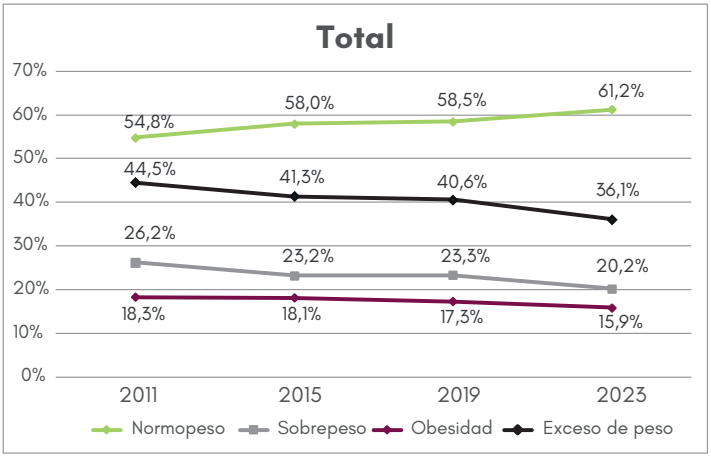


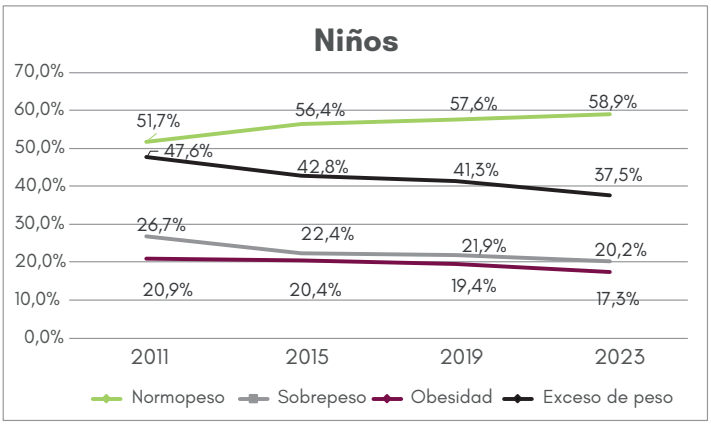
Estudio ALADINO 2023

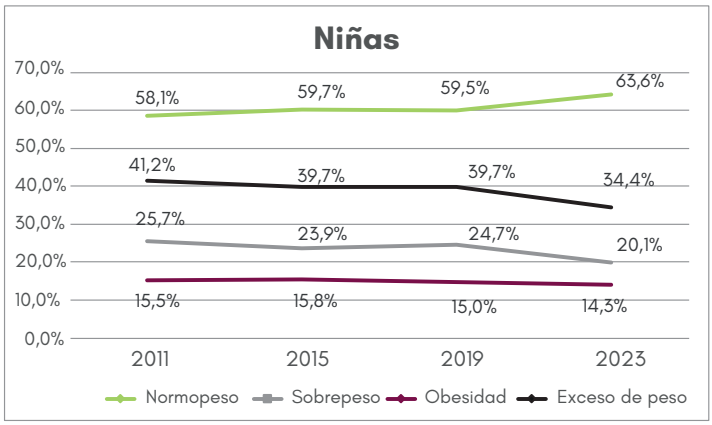
sobre la Alimentación, Actividad física, Desarrollo Infantil y Obesidad



Evolución de las distintas categorías de situación ponderal en las diferentes rondas de ALADINO, escolares de 6 a 9 años (total y por sexo):



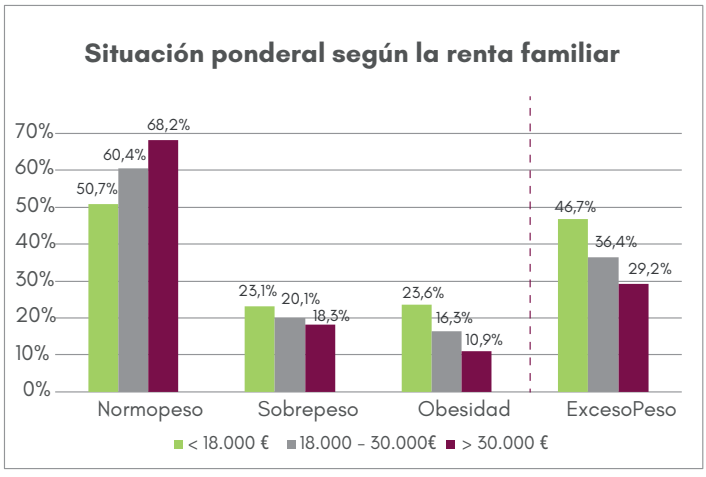




Factores asociados al exceso de peso

ENTORNO FAMILIAR

Las prevalencias de obesidad, sobrepeso y exceso de peso son más altos en entornos familiares con ingresos brutos inferiores a 18.000 €/anuales. Por el contrario, los valores de normopeso son superiores en familias con ingresos anuales mayores, con una diferencia cercana al 18% entre las familias que ingresan más de 30.000 euros al año y las de renta baja.



Situación ponderal en función de los ingresos brutos anuales familiares:

	Familias menos ingresos (< 18.000 €)	Familias más ingresos (>30.000 €)
Sobrepeso	23,10%	18,30%
Obesidad	23,60%	10,90%

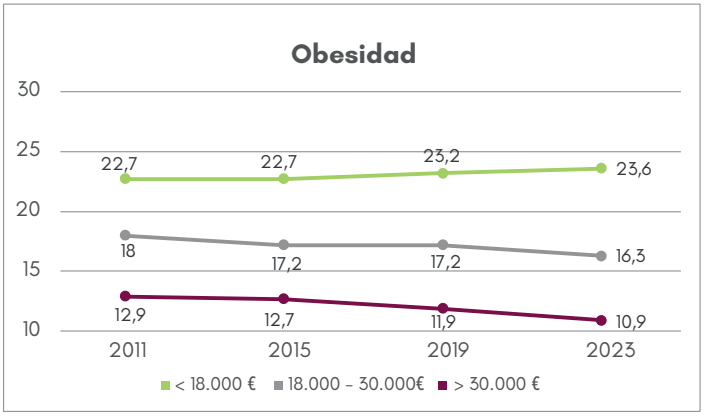
Las mayores prevalencias de exceso de peso y obesidad se producen en las familias de rentas medias y bajas, permaneciendo prácticamente sin cambios de mejora en el grupo de menor nivel de renta.

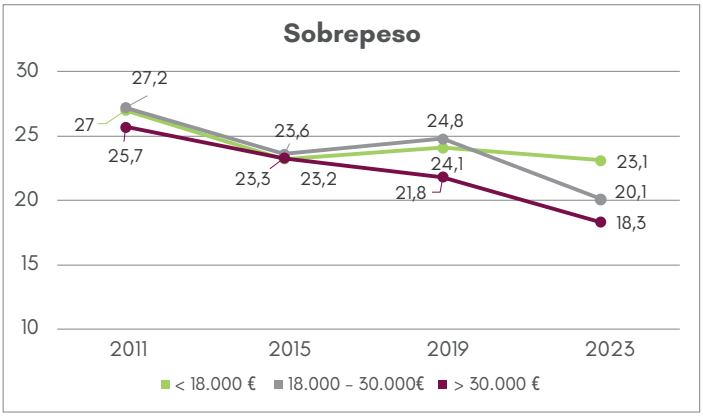
GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030 · agencia española de seguridad alimentaria y nutrición · naos · observatorio de la nutrición y de estudio de la obesidad · estrategia naos ¡come sano y muévete!

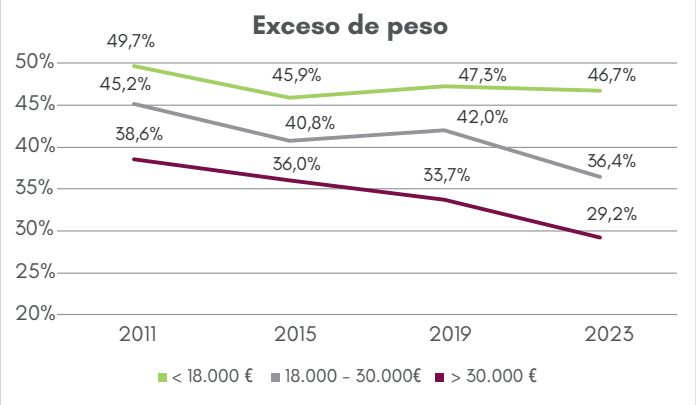
Estudio ALADINO 2023

sobre la Alimentación, Actividad física, Desarrollo Infantil y Obesidad

Prevalencia de sobrepeso, obesidad y exceso de peso en función de los ingresos anuales familiares en las distintas ediciones del Estudio ALADINO







HÁBITOS ALIMENTARIOS

Siete de cada diez escolares desayunan todos los días, algo más que una bebida, en mayor medida los niños (71,3 %) que las niñas (68,7 %) con diferencias estadísticamente significativas.

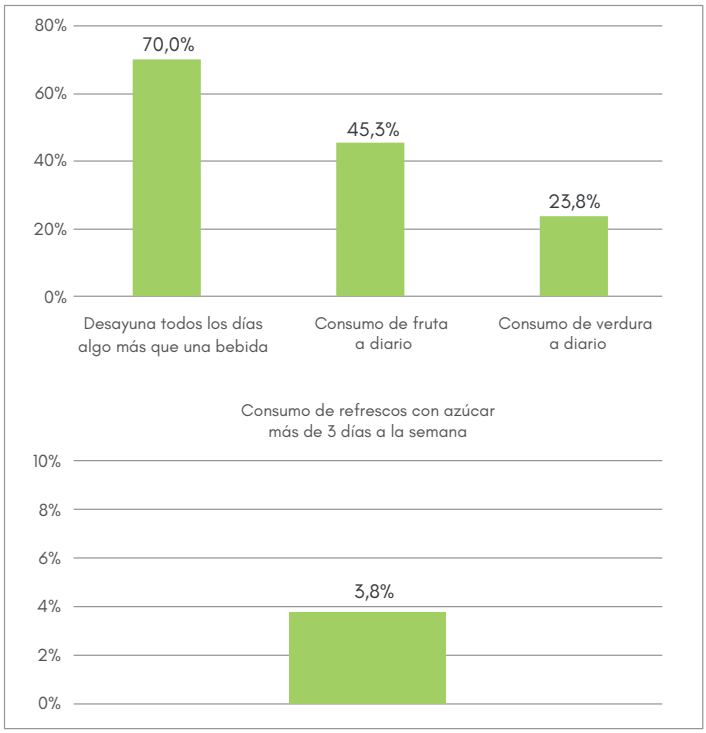
Menos de la mitad de los escolares consumen fruta a diario y solo el 23,8 % consumen verdura a diario.

El 3,8 % de los escolares consume refrescos con azúcar más de 3 días a la semana.

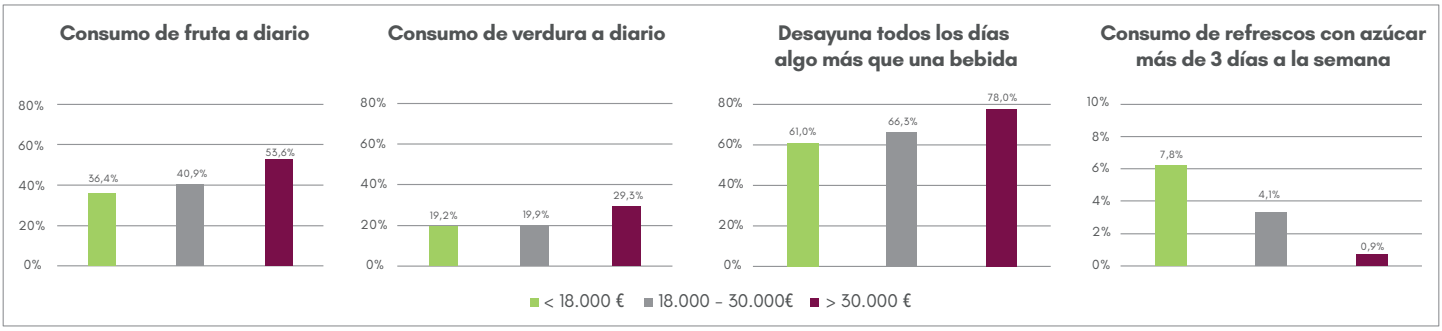
Cuando se relacionan estos mismos hábitos alimentarios con el nivel de renta, en familias de rentas más bajas se observa:

- el porcentaje de escolares que desayuna a diario es 17 puntos porcentuales más bajo en el caso de familias con rentas más bajas respecto las de rentas altas (61 % vs. 78 %)
- un menor consumo diario de frutas y verduras
- se multiplica por más de 8 el porcentaje de los niños y niñas que consumen refrescos con azúcar más de 3 días a la semana (7,8 % vs. 0,9 %), con un consumo más acusado en niños (9,9 %).

Hábitos alimentarios de los escolares en el total de la muestra



Hábitos alimentarios de los escolares en función de los ingresos brutos anuales



GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030 · agencia española de seguridad alimentaria y nutrición · naos · observatorio de la nutrición y de estudio de la obesidad · estrategia naos ¡come sano y muévete!

Estudio ALADINO 2023

sobre la Alimentación, Actividad física, Desarrollo Infantil y Obesidad



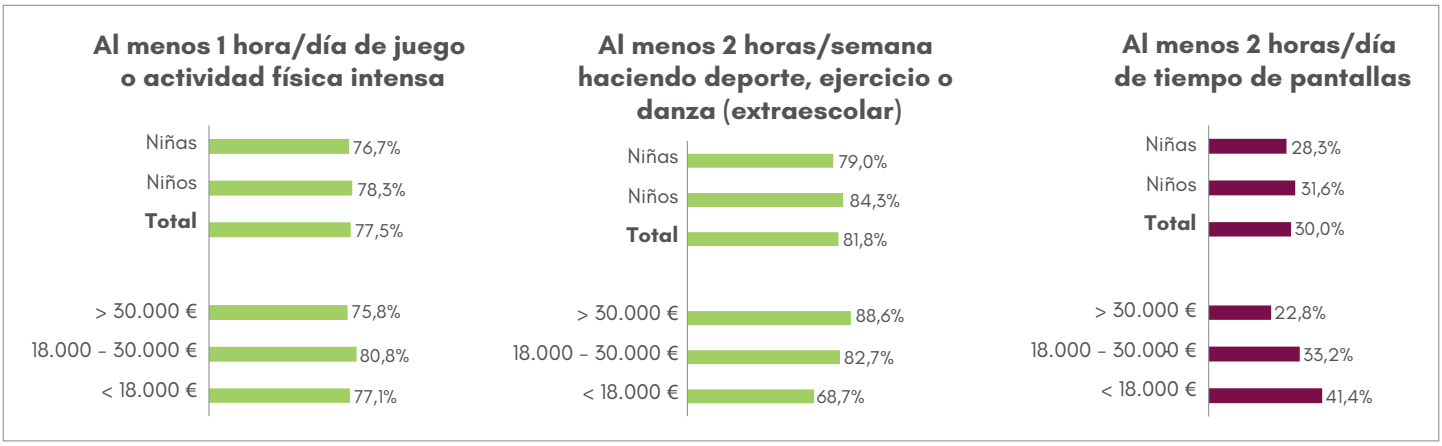
ACTIVIDAD FÍSICA Y TIEMPO DE PANTALLAS

Más de siete de cada diez escolares dedica al menos una hora al día a jugar activamente, con mayor proporción entre los niños (78,3 %) que entre las niñas (76,7 %), y en el grupo de menor edad.

El 81,8 % de los escolares de 6 a 9 años, realiza al menos 2 horas semanales de algún tipo de actividad extraescolar, superior en niños respecto a las niñas.

El 64,2 % de las niñas de familias con menor nivel de renta realizan algún tipo de actividad física fuera del horario escolar, frente al 88,1 % de las niñas con mayores ingresos familiares.

3 de cada 10 escolares (30,0 %) están expuestos a más de 2 horas diarias de tiempo de pantalla. En el caso de hogares con menor nivel de renta, este porcentaje duplica al de los hogares con mayor nivel de renta (41,4 % vs. 22,8 %, respectivamente), siendo superior en los niños (43,7 %) y para el grupo de edad de 9 años (48,3 %).



Conclusiones

Más de un tercio de la población infantil en España de 6 a 9 años padece exceso de peso.

Se observa una ligera tendencia a la disminución del exceso de peso, debida a las disminuciones producidas en escolares con sobrepeso y de los pertenecientes a familias con más renta. Por el contrario, la reducción de la obesidad es mucho menor y no se aprecia apenas disminución en el nivel más bajo de renta respecto a los años anteriores. Este contraste supone una posible cronificación del exceso de peso en los escolares de familias vulnerables y un aumento de la desigualdad en salud entre niños y niñas de estas familias respecto a las de mayor renta.

La reducción la obesidad y el sobrepeso infantil supone un avance en la situación, si bien estas cifras continúan siendo muy elevadas y persisten las diferencias atribuibles a las características económicas de las familias.

El estancamiento de los avances en estos grupos, subraya la necesidad de desarrollar políticas públicas que aseguren unas pautas de alimentación saludables universales para toda la población escolar.

Edita:
© Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030
Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición
https://cpage.mpr.gob.es/

NIPO: 236-24-018-0
Fecha edición: 2024