



La vida sana

Las niñas latinas y el exceso de peso: Puntos clave

Según la Academia Americana de Pediatría, la obesidad se ha convertido en el problema de salud más crónico para los niños estadounidenses. En los últimos 25 años, el porcentaje de niñas con exceso de peso se ha más que duplicado. Las niñas pobres y las niñas de minorías tienen las tasas de obesidad infantil más altas.

- ◆ Las niñas latinas son el segundo grupo de niños con más exceso de peso en Estados Unidos, con el posible incremento de riesgos de salud futuros que esto representa.¹
- ◆ Al compararlos con la población general, los niños latinos, afroamericanos e indioamericanos están desproporcionadamente afectados por la obesidad. Entre las niñas el mayor predominio de la obesidad se da entre las niñas afroamericanas e hispanas.²
- ◆ Es más probable que los adolescentes mexicano-americanos (23 por ciento) y los de raza negra no hispanos (21 por ciento) con edades entre 12-19 años tengan exceso de peso que los adolescentes de raza blanca no hispanos (14 por ciento).³
- ◆ Es más probable que los niños mexicano-americanos con edades entre 6-11 años tengan exceso de peso (22 por ciento) que los niños de raza negra no hispanos (20 por ciento) y los niños de raza blanca no hispanos (14 por ciento).⁴

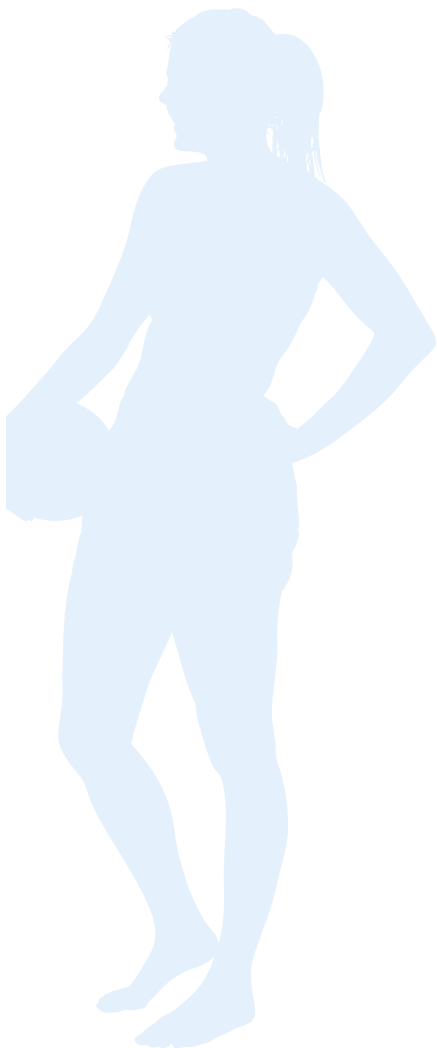
Tener exceso de peso pone a las niñas en peligro de contraer otros problemas crónicos de salud tales como la diabetes tipo II, enfermedades de corazón, alta presión arterial, hipertensión y artritis, enfermedades que se diagnosticaban casi exclusivamente a los adultos. Las altas tasas de pobreza y la falta de acceso a atención médica adecuada agrava el riesgo de contraer estos problemas de salud crónicos.



- ◆ El mayor predominio de la obesidad entre los niños mexico-americanos y puertorriqueños parece empezar incluso a los seis o siete años y continúa en la adolescencia y la edad adulta.⁵
- ◆ El predominio de la diabetes tipo II entre los latinos es dos o tres veces mayor que entre los niños de raza blanca no hispanos. Los jóvenes de ascendencia mexicana tienen una tasa especialmente alta.⁶
- ◆ El treinta por ciento de los niños latinos (aproximadamente 4 millones) vive en condiciones de pobreza.⁷
- ◆ Un tercio (34,7%) de todos los niños sin seguro médico menores de 18 años son latinos. Sin embargo, la población de niños latinos es sólo un 18 por ciento del total de niños menores de 18 años.⁸

La aculturación puede incrementar la vulnerabilidad en las niñas. Para las niñas latinas y de otras etnias, la aculturación puede tener consecuencias negativas en el consumo de alimentos, los hábitos alimenticios y la imagen física.

- ◆ Las adolescentes latinas y asiático-americanas nacidas en Estados Unidos de padres inmigrantes tienen más del doble de probabilidades de tener exceso de peso que las adolescentes que nacen en el extranjero y vienen a vivir a Estados Unidos.⁹
- ◆ Los adolescentes latinos de segunda y tercera generación tienen más probabilidades de ser obesos que los de primera generación.¹⁰
- ◆ Los latinos aculturados comen más comidas fritas y menos frutas, y los de estatus socioeconómico bajo tienen pocos hábitos dietéticos bajos en calorías.¹¹
- ◆ El peso se ve como señal de afluencia y éxito en algunas culturas latinas tradicionales; pero a medida que las latinas se acostumbran a los estándares de belleza de este país, es posible que quieran conseguir figuras más delgadas.¹²
- ◆ Es más probable que las mujeres latinas nacidas en Estados Unidos prefieran tener una figura más pequeña. Sin embargo, es menos probable que aquellas que emigran después de los 17 años deseen una figura más delgada.¹³



Los niños y adolescentes americanos de hoy como grupo son menos activos físicamente que en generaciones anteriores. La falta de actividad física, en la escuela y fuera de la escuela, ha contribuido al problema de la obesidad entre las niñas y las mujeres latinas.

- ◆ Los niños y adolescentes americanos de hoy tienen más probabilidades de tener exceso de peso y una presión arterial, niveles de insulina y colesterol más altos.¹⁴
- ◆ A nivel nacional, aproximadamente el 36% de las niñas hispanas en segundo año de escuela secundaria participa en deportes interescolares, en comparación con un 52% de niñas no hispanas en el año escolar 2001-2002, según datos de una encuesta realizada por el Departamento de Educación.¹⁵
- ◆ Las niñas hispanas de hogares con altos ingresos también se encuentran por detrás de las niñas no hispanas en cuanto a participación en deportes y atletismo.¹⁶
- ◆ Casi el 60% de las niñas latinas no son físicamente activas, es decir, no realizan actividades físicas en su tiempo libre.¹⁷

¹ Flores, G., Fuentes-Afflick, E. et al. "The Health of Latino Children: Urgent Priorities, Unanswered Questions, and a Research Agenda". *Journal of the American Medical Association*; 288(1); 82-90. 3 de julio, 2002.

² Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro Nacional de Estadísticas de Salud, *Prevalence of Overweight Among Children and Adolescents: United States, 1999-2002*. Octubre 2004. Ogden C. et al. "Prevalence and Trends in Overweight Among US Children and Adolescents, 1999-2000." *Journal of the American Medical Association*, 288(14). 9 de octubre, 2002.

³ *Ibid.*

⁴ *Ibid.*

⁵ Mendoza, F. "The Health of Latino Children in the United States," *Critical Health Issues for Children and Youth, The Future of Children*, Vol. 4, N° 3. Invierno de 1994.

⁶ *Ibid.*

⁷ Oficina del Censo de Estados Unidos, Encuesta Actual de Población (publicada en septiembre de 2004). Tabla POV01: Age and Sex of All People, Family Members and Unrelated Individuals Iterated by Income-to-Poverty Ratio and Race: 2003.

⁸ Oficina del Censo de Estados Unidos, Encuesta Actual de Población (publicada en septiembre de 2004). Tabla HI08: Health Insurance Coverage Status and Type of coverage by Selected Characteristics for Children Under 18: 2003. http://pubdb3.census.gov/macro/032004/health/h08_000.htm.

⁹ "Obesity in Youth". Hojas informativas de AOA. Asociación Americana de la Obesidad. Actualizado en mayo de 2005.

¹⁰ "Latina Girls". Eating Disorders Information Sheet. *Body Wise Handbook*. Office on Women's Health. Actualizado en octubre de 2005.

¹¹ Foreyt, J. P. "Cultural competence in the prevention and treatment of obesity: Latino Americans". A Focus On Obesity. *The Permanente Journal*. 7(2). Primavera de 2003. Romero-Gwynn, E. and Gwynn, D. Dietary patterns and acculturation among Latinos of Mexican descent. *JSRI Research and Publications Institute Research Reports*. Julian Samora Research Institute. Octubre de 1997.

¹² Véase la anotación 10.

¹³ *Ibid.*

¹⁴ Comité para la Nutrición, 2002-2003. Prevention of pediatric overweight and obesity. *Pediatrics*, 112(2): 424-430. Agosto 2003.

¹⁵ Sylwester, M. "Culture, family play role in sports for Latina girls". Sección deportiva, *USA Today*. Actualizado el 29 de marzo, 2005.

¹⁶ *Ibid.*

¹⁷ "The Heart Truth for Latinas: An Action Plan." Publicación de NIH N° 03-5065. Institutos Nacionales de Salud Departamento de Salud y Servicios Humanos. Septiembre de 2003.

