

RELACIONES INTERNACIONALES**BOLETÍN *EUROPA AL DÍA***

Alimentación sana y actividad física: dimensión europea para la prevención del exceso de peso, la obesidad y las enfermedades crónicas¹

Libro Verde de la Comisión Europea

N.º 185

Año 2006

Se prohíbe la reproducción total o parcial del contenido de este Boletín *Europa al Día* sin citar la fuente o sin haber obtenido el permiso del Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos de España.

¹ Disponible en la página web del Consejo General de Colegios Médicos: <http://www.cgcom.es>

Alimentación sana y actividad física: dimensión europea para la prevención del exceso de peso, la obesidad y las enfermedades crónicas²

Libro Verde de la Comisión Europea

La Comisión Europea ha elaborado un Libro Verde que, bajo el título *“Fomentar una alimentación sana y la actividad física: una dimensión europea para la prevención del exceso de peso, la obesidad y las enfermedades crónicas”*, tiene por objetivo iniciar un amplio proceso de consulta y abrir un debate en profundidad en el que participen las instituciones europeas, los Estados miembros y la sociedad civil a fin de determinar la posible contribución comunitaria a la promoción de una dieta sana y de la actividad física.

El aumento de la obesidad en la UE constituye un importante problema de salud pública. Está demostrado que las principales causas de enfermedades evitables y de muertes prematuras en Europa son una dieta poco sana y la falta de actividad física y, se calcula que la obesidad representa hasta un 7% del gasto de salud pública. Aunque no se disponen de datos específicos pormenorizados en todos los Estados miembros, los estudios realizados ponen de relieve el alto coste económico de la obesidad.

Uno de los puntos que plantea este libro verde es integrar en los servicios sanitarios la prevención y el tratamiento del exceso de peso y la obesidad. Los servicios sanitarios y los profesionales de la salud tienen capacidad para ayudar a los pacientes a comprender mejor la relación que existe entre el régimen alimentario, la actividad física y la salud, y para inducir los cambios necesarios en los hábitos de vida. Los profesionales de la salud podrían estimular considerablemente estos cambios si en las consultas habituales informaran a los pacientes y a sus familias sobre las ventajas derivadas de una dieta óptima y de un aumento de la actividad física.

² Disponible en la página web del Consejo General de Colegios Médicos: <http://www.cgcom.es>