

Niños pasivos y obesos delante del televisor

Los niños de entre 2 y 4 años que pasan demasiadas horas frente al televisor son más proclives a degustar golosinas y alimentos ricos en sal. Así lo afirma un estudio publicado en la revista [Journal of Children and Media](#).



“El estudio se centra en un momento decisivo en las vidas de los niños, cuando la televisión tiene el poder de inculcarles malos hábitos alimenticios que pueden desembocar después en obesidad”, explica Kristen Harrison, profesora de Estudios de la Comunicación de la [Universidad de Michigan](#).

En el informe, los autores identificaron las tres principales formas que tienen los progenitores de contagiar hábitos televisivos a sus chiquillos. La primera es la restrictiva, el tiempo que pueden permanecer frente a la pequeña pantalla. La segunda es la instructiva, en la que el contenido televisivo suscita la comunicación entre padres e hijos, y la tercera es la permisiva, en la que los padres aprueban el contenido que ven sus hijos en la televisión.

La cómoda costumbre de dejar a los niños delante del televisor para que no importunen demasiado no les hace ningún favor a la salud de los más menudos. Dos científicos de Nueva Zelanda, han demostrado que ver demasiado la televisión durante la infancia aumenta las posibilidades de ser obeso de forma más directa que la mala alimentación o por no hacer ejercicio físico. El 41% de las personas que tienen sobrepeso a los 26 años de edad coincide con aquellos que más horas pasaron en su infancia frente al televisor.

Por otra parte, el estudio concluye que la televisión es el medio de comunicación preferido por los niños, por delante de internet y los videojuegos.

Los pequeños de entre 2 y 4 años invierten más de 10 horas a la semana viendo la pequeña pantalla. Los pediatras aconsejan no superar las [14 horas semanales de exposición mediática](#).

Por último, el Centro para la Libertad de los Consumidores de EEUU ha iniciado una campaña en contra del sobrepeso bajo el lema “obesidad: ¿epidemia o exageración?”: Pretende negar lo obvio en el país con más gordos del mundo. El diario del Colegio Médico señalaba que [la obesidad era la segunda causa de muerte en este país](#).

Clemente Ferrer
Presidente del Instituto Europeo de Marketing

Luis de Salazar, 9

28002-Madrid

DNI: 20285521 G

Tel: 914137873

clementeferrer3@gmail.com