

INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN NUTRICIONAL SOBRE LA OBESIDAD INFANTIL. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

Autores: Belén de las Heras López-Cordón. Mercedes Rico Morales. Irene Delgado Rodríguez.

INTRODUCCIÓN

La obesidad en la infancia y la adolescencia ha crecido de manera considerable en los últimos años y se ha convertido en un motivo más frecuente de consulta. La modificación de los hábitos alimenticios y del estilo de vida promueven a largo plazo un mantenimiento del peso ideal.

METODOLOGÍA

Se llevó a cabo una *revisión sistemática* de la bibliografía sobre la temática. Las bases de datos consultadas fueron: Medline, Scielo y Cuiden. Utilizando los descriptores: educación nutricional, obesidad infantil, influencia y prevención. Se aplicó un filtro de periodo temporal de 2009-2016, y de idioma a trabajos publicados en inglés y español. De un total de 35 artículos se seleccionaron 10 que tenían más relación con el tema.

CONCLUSIONES

Se ha podido comprobar el aumento de la obesidad en los últimos años, debido al exceso de consumo de alimentos o al sedentarismo. Las estrategias para abordar esta problemática se inician en los centros de salud, haciendo hincapié en las medidas preventivas y donde el seguimiento continuo del niño permite detectar este tipo de problemas. La persistencia de la obesidad infantil hasta la edad adulta conlleva un aumento significativo del riesgo de padecer otras enfermedades con el paso de los años.

BIBLIOGRAFÍA

- L.A.Moreno, L.Gracia-Marco y Comité de Nutrición de la Asociación Española de pediatría. Prevención de la obesidad desde la actividad física: del discurso teórico a la práctica. Anales de pediatría. 2012; 77(2):136.
- Redondo C, Gonzalez-Gross M, Noriega M, Gacía Fuentes M. Actividad física, deporte, ejercicio y salud en niños y adolescentes. Madrid: Asociación Española de pediatría. 2010;p.3-8.
- Guerra C.E, Cabrera A, Carballosa I, González Hermida A, Almaguer P, Urra T. Manejo practico del sobrepeso y la obesidad en la infancia. Medisur. 2009; 7(1): 61-69.
- Jaimovich S, Campos C, Campos M.S, Moore J, Pawloski L, Gaffney K. Estado nutricional y conductas asociadas a la nutrición en Escolares. Rev Chil Pediatr. 2010; 81(6): 515-522.
- Prida E, Ronzón M, Sandoval V, Maciá C. Necesidad de abordar la obesidad en Asturias.Propuesta de actuaciones de enfermería en atención primaria. Enferm Clin. 2012; 22(3): 144-147.

OBJETIVO

Destacar la importancia de la **educación nutricional** de los niños desde las edades más tempranas para la prevención de la **obesidad infantil**.

RESULTADOS

El tratamiento de la obesidad no es fácil, por ello los profesionales de la salud y de la educación tienen un papel destacado. El tratamiento actual del sobrepeso se basa en la modificación de los estilos de vida, realizando una alimentación y actividad física adecuada. Cada vez resulta más evidente la importancia de una buena prevención, para ello también se necesita el apoyo de la familia para revisar y reforzar los conocimientos aprendidos.

