



EL CONOCIMIENTO DE LOS BUENOS HABITOS DIETETICOS EVITAN LA OBESIDAD INFANTIL

Rosa María Martínez Sánchez / Laura García Cano / Delia Cristóbal Cañadas

INTRODUCCION.

La obesidad es una enfermedad crónica que se caracteriza por el exceso de grasa en el organismo y se presenta cuando el Índice de Masa Corporal (IMC) sobrepasa el 20% de su peso ideal.

Tiene su origen en una interacción genética y ambiental, siendo más importante la parte ambiental o conductual, que se establece por un desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético.

RESULTADOS.

De una muestra de 184 niños encontramos cincuenta niños seleccionados con IMC superior al 15% de su peso ideal. Los padres y niños seleccionados manifiestan en el cuestionario previo, el bajo conocimiento en dietética infantil saludable y el interés en mejorar sus malos hábitos alimentarios.

El cuestionario posterior revela el alto grado de conocimientos adquiridos por padres y niños. Perdiendo peso en la mayoría de los casos.

OBJETIVOS.

Dar a conocer a padres y niños con IMC > 15% las repercusiones más importantes de la obesidad infantil.

METODOLOGIA.

Se realiza una selección de cincuenta niños de entre todos los niños ingresados entre enero-mayo de 2016. Seleccionando los niños que su IMC superen el 15% de su peso ideal.

Es un estudio descriptivo, transversal. Se realiza un cuestionario previo que nos indique los hábitos alimentarios a los padres y de los niños seleccionados y se pesa. Posteriormente se realiza una reunión informativa-formativa sobre la obesidad y un cuestionario a padres y niños para conocer el grado de comprensión y adquisición de los conocimientos así como la disposición de los mismos a cambiar estilo de vida, pesando nuevamente.

CONCLUSIONES.

Los datos analizados nos manifiestan el bajo conocimiento de las consecuencias presentes y futuras de la enfermedad de la obesidad infantil y la necesidad de control por parte de padres, instituciones educativas y sanitarias.

OBESIDAD INFANTIL CONSECUENCIAS



REFERENCIAS:

- Gómez-Martínez S y Marcos A. Hábitos alimentarios en niños y adolescentes españoles: sus consecuencias. Madrid: Grupo Inmunonutrición, Departamento de Metabolismo y Nutrición. Instituto del Frío, ICTAN, CSIC. Disponible en: http://www.mcmpediatria.org/imagenes/secciones/Image/_USER_/Habitos%20alimentarios%20en%20Adolescentes%20Dra%20A%20Marcos.pdf
- Organización Mundial de la Salud, 2010. ¿Qué se puede hacer para luchar contra la epidemia de obesidad infantil? Organización Mundial de la Salud - Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Disponible en: http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what_can_be_done/es/index.html
- Álvarez JC, Guillén F, Portella E, Torres N y Mercadal À, 2008. Los problemas de salud infantil – Tendencias en los países desarrollados. Barcelona: Observatorio FAROS – Hospital Sant Joan de Déu. Disponible en: http://www.faroshsjd.net/adjuntos/125.1-Primer_informe_Faros_def_Cast.pdf