



Martes, 5 junio 2012

La obesidad infantil debe tener un abordaje multifactorial

Marcar como favorita

Enviar por email

Me gusta 0

Twitter 2

0

[Suplementos - Guía de Salud](#) | [EL DÍA](#) [Comentarios](#)

Según destacaron los expertos participantes en el Simposio 'Obesidad y Equilibrio Energético' celebrado en el 61 Congreso de la Asociación Española de Pediatría.



No existen alimentos buenos o malos, sino dietas más o menos adecuadas, según una experta.

El Simposio "Obesidad y equilibrio energético", celebrado en el marco del 61 Congreso de la Asociación Española de Pediatría, reunió a diferentes especialistas en nutrición y salud quienes abordaron temas como la 'Prevención activa de la obesidad en la infancia', 'Variantes genéticas asociadas a la obesidad y al síndrome metabólico en la infancia' y 'Aspectos multifactoriales del problema del sobrepeso y la obesidad infantil y juvenil'.

Los expertos reunidos en este foro monográfico sobre obesidad destacaron cómo su prevalencia se ha incrementado en nuestro país durante los últimos años, afectado a casi uno de cada tres niños y adolescentes. Durante la jornada, profundizaron también en el aumento del sedentarismo entre los más pequeños, y en las razones que han llevado al desequilibrio energético actual de los niños, que se traduce en una mayor ingesta que gasto calórico.

En este sentido, el Prof. Dr. Luis Moreno, Profesor Titular de la Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza, señaló que "el aumento de las cifras de obesidad infantil en nuestro país es paralelo al de los patrones de vida sedentaria de niños y jóvenes, en detrimento de un estilo de vida activo" y ha destacado que "esta situación es producto de profundos cambios sociales y de conducta que afectan negativamente a la actividad de los niños, como el aumento del ocio pasivo (consolas, Internet, tv, etc), la inseguridad en la calle, la disponibilidad de espacios adecuados para el deporte y actividad física, etc".

Asimismo, el Prof. Dr. Moreno resaltó que "la obesidad es un problema multifactorial en cuya prevención resulta fundamental mantener el equilibrio energético de nuestro organismo, preparado para funcionar con una ingesta limitada y ejercicio suficiente". No obstante, el especialista subrayó que "diversos estudios muestran la implicación genética en el desarrollo de la obesidad". Junto a ello, concluyó que la evidencia científica "muestra que un nivel elevado de actividad física, particularmente la de intensidad elevada, se asocia con un menor contenido de grasa total y abdominal, en niños y adolescentes. También se ha observado que el exceso de tiempo dedicado a ver la televisión contribuye al desarrollo de obesidad a estas edades".

Dietas adecuadas

Según la Prof. Dra. Isabel Polanco, Catedrática de Pediatría de la Universidad Autónoma de Madrid y Jefe del Servicio de Gastroenterología Nutrición Pediátrica del Hospital La Paz de Madrid, "para que una dieta sea

CNC EN DIRECTO



NEWSLETTER



● Publicidad

LO MAS VISTO | [GUARDADO](#) | [COMENTADO](#)

1 . La reducción del hospital, una "herida mortal para Cuenca"

2 . El gerente del SESCAM vuelve a Cuenca "para atajar bulos y rumores"

3 . La Atención Primaria se suma a la movilización contra los recortes en Sanidad

4 . Atropella a dos mujeres y a una niña y se da a la fuga

5 . Los patronos de la Fundación Caja Castilla-La Mancha dimiten en pleno

6 . Condenados a 13 años por matar a un cura tras mantener relaciones sexuales

7 . Cuenca perderá 37 escuelas rurales el próximo curso

8 . La directiva del Conquense abordará el futuro del club

9 . "Será difícil que mi madre vuelva a pasar consulta"

10 . Terrazas echa un órdago a la grande y da una lista con diecisiete bajas

equilibrada ha de ser suficiente para cubrir las exigencias del organismo, capaz de garantizar los nutrientes necesarios, y adecuada a las necesidades de cada persona".

La experta considera que "no existen alimentos buenos y malos, sino dietas más o menos adecuadas. Se debe evitar inculcar al niño estos conceptos. El causante de la obesidad exógena es el consumo de una dieta de valor calórico superior a las necesidades del niño, por lo que lo importante es mantener el equilibrio energético de nuestro organismo, preparado para funcionar con una ingesta limitada y ejercicio suficiente, y no al contrario, como acontece hoy en día".

Para esta especialista, "las estrategias de prevención de la obesidad infantil deben establecerse en la escuela y la familia, las dos instituciones que ejercen mayor influencia sobre el niño, y su interacción potenciará el éxito de las iniciativas que se lleven a cabo en este campo", que en su opinión pasan por "realizar campañas que proporcionen ideas sencillas pero claras sobre la relación entre hábitos alimentarios saludables y actividad física".

Propuestas planteadas

Entre las propuestas planteadas en el Simposio 'Obesidad y Equilibrio Energético' para contribuir a invertir las cifras actuales de obesidad infantil figuran el fomento de actividad física, la dosificación de las nuevas tecnologías, potenciar la Educación Física en los centros escolares, y dotar a las ciudades de infraestructuras seguras para la práctica de transporte activo.

Por su parte, la Prof. Dra. Marcela González-Gross, Profesora Titular de Fisiología del Ejercicio y Nutrición Deportiva, y Directora del grupo de investigación ImFINE de la Universidad Politécnica de Madrid, destacó que "tanto el entorno familiar como el educativo tienen un papel fundamental para facilitar el acceso de los niños al ocio activo, y fomentar la adquisición de hábitos saludables". A este respecto, la experta hizo hincapié en la utilidad de diversas herramientas de educación nutricional para la población como 'La pirámide del estilo de vida saludable para niños y adolescentes' elaborada por investigadores multidisciplinares de la Universidad Politécnica de Madrid (UPM) en la que "se pretende inculcar desde la infancia el interés por la actividad física, para lograr el equilibrio energético necesario (entre energía ingerida y gastada) que blinde a los más pequeños ante el sobrepeso y la obesidad".

Componente genético

Los especialistas participantes en el Simposio abordaron el carácter multifactorial del sobrepeso y la obesidad infantil y juvenil, profundizando en áreas de interés como la genética y su influencia en el desarrollo de esta problemática. En concreto, el Prof. Dr. Ángel Gil, Catedrático de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Granada y Presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición aseguró que "actualmente se conocen alrededor de 130 genes relacionados con la obesidad, y este número continúa en aumento".

Para este experto, "la mayor parte de la población obesa deriva de la interacción de determinadas variantes genéticas con los cambios ambientales, y alrededor del 5% se debe a la existencia de mutaciones en genes únicos y de síndromes mendelianos. La alteración de genes relacionados con la resistencia a la insulina y la inflamación en el tejido adiposo contribuyen igualmente a explicar una parte importante de las alteraciones asociadas a la obesidad".

Volver a Portada Eldiadigital.es

Comparte esta noticia:

Acceda para dejar un comentario

CiudadBlaOfertasShoppingWidget by City

Sillon Relax

Precio final

299,00 €

Antes

388,00 €

Descuento

30 %

Add Social

Búscanos en Facebookfacebook

EL DIA digital.esEl Día Digital

Me gusta

A 2,745 personas les gusta El Día Digital.

José Luis

Juan Manuel

Carlos

Av elino

Ana

Javi

Tomás

Dany

Maite

Sara

Plug-in social de Facebook

EN EL DÍA OPINAMOS

SANTIAGO MATEO

QUIJOTE RESERVADO

EDITORIAL

Más contenido de eldiadigital.es: QUIÉN ES QUIÉN | SERVICIOS | ENCUESTAS | ÁREA DE USUARIOS | GALERÍA DE IMÁGENES | HEMEROTECA | NOSOTROS | PUBLICIDAD | CONTACTO | EL DIA MARKET | ENLACES Y DIRECTORIOS | SEMANA SANTA

eldiadigital.es • LSSI • AVISO LEGAL • Mapa del sitio

© 2012 • 2010 Todos los derechos reservados.

eldiadigital.es/not/54864/.../es/

2/2