Director: Manuel Romero **Viernes**, 01 junio 2012 | **13:07:24** Suscríbete al **BOLETÍN** | RSS

SIMPOSIO 'OBESIDAD Y EQUILIBRIO ENERGÉTICO'

Expertos destacan la necesidad de realizar un abordaje multifactorial en la lucha contra la obesidad infantil

Europa Press

jueves, 31 de mayo de 2012, 17:44

MADRID, 31 (EUROPA PRESS)

Expertos en nutrición y salud han destacado la necesidad de realizar un abordaje multifactorial en la lucha contra la obesidad infantil y han recordado la importancia que tiene mantener el equilibrio energético del organismo para que esté preparado a la hora de funcionar con una ingesta "limitada".

Estas conclusiones se han presentado en el simposio 'Obesidad y equilibrio energético', celebrado en el marco del 61 Congreso de la Asociación Española de Pediatría, y donde se han abordado también otros temas como la 'Prevención activa de la obesidad en la infancia', las 'Variantes genéticas asociadas a la obesidad y al síndrome metabólico en la infancia' y los 'Aspectos multifactoriales del problema del sobrepeso y la obesidad infantil y juvenil'.

Durante este foro, los expertos han destacado cómo la obesidad se ha incrementado en nuestro país durante los últimos años, afectado a casi uno de cada tres niños y adolescentes. Además, han profundizado en el aumento del sedentarismo entre los más pequeños y en las razones que han llevado al desequilibrio energético actual de los niños, traducido en una mayor ingesta que gasto calórico.

En este sentido, el profesor titular de la Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza, Luis Moreno, ha señalado que el aumento de las cifras de obesidad infantil en España es "paralelo" al de los patrones de vida sedentaria de niños y jóvenes.

Así, ha recordado que esta situación es producto de "profundos cambios sociales" y de conductas que afectan "negativamente" a la actividad de los niños como, por ejemplo, el aumento del ocio pasivo --consolas, Internet o televisión--, la inseguridad en la calle, la disponibilidad de espacios adecuados para el deporte o la actividad física.

"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", ha comentado este especialista para asegurar que existen diversos estudios que muestran la "implicación genética" en el desarrollo de la obesidad.

"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", ha recalcado.

NO EXISTEN ALIMENTOS BUENOS O MALOS SINO DIETAS MÁS O MENOS EQUILIBRADAS

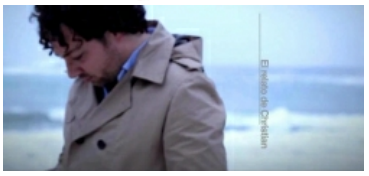
Por otra parte, la catedrática de Pediatría de la Universidad Autónoma de Madrid y Jefe del Servicio de Gastroenterología Nutrición Pediátrica del Hospital La Paz de Madrid, Isabel Polanco, ha asegurado que para que una dieta sea equilibrada tiene que ser suficiente para cubrir las exigencias del organismo, capaz de garantizar los nutrientes necesarios, y adecuada a las necesidades de cada persona.

Dicho esto, ha recordado que "no existen alimentos buenos y malos, sino dietas más o menos adecuadas". Así, ha comentado que el causante de la obesidad exógena es el consumo de una dieta de valor calórico superior a las necesidades del niño, por lo que, a su juicio, lo importante es mantener el equilibrio energético del organismo y

Recomendar

0

LAVOZLIBRE ahora en portada



ETA: tengo un vídeo para ti

Fuga de millones en España

Italia arremete contra España para escaparse de la mirada de los mercados

A Letizia le sientan bien los problemas

250.000 euros bien valen una visita a San Miguel

ÚLTIMA HORA

12:56 En España hay 226.424 médicos colegiados, un 1,3% más que en 2010

12:56 Demuestran 'in vivo' la relación entre formación de células sanguíneas y procesos infecciosos

12:56 15M.- Un centenar de 'yayoflautas' piden en Barcelona llevar a Rato ante la justicia

12:54 A la venta las entradas para los conciertos otoñales de Sonata Arctica en Madrid y Barcelona

12:54 El Ibex mantiene el verde (+0,42%) a media sesión, pese

prepararlo para funcionar con una ingesta limitada y ejercicio suficiente.

"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. Esto pasa por realizar campañas que proporcionen ideas sencillas pero claras sobre la relación entre hábitos alimentarios saludables y actividad física", ha subrayado.

Asimismo, entre las propuestas planteadas en el Simposio 'Obesidad y Equilibrio Energético' para contribuir a invertir las cifras actuales de obesidad infantil, destaca 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 profesora titular de Fisiología del Ejercicio y Nutrición Deportiva y directora del grupo de investigación 'ImFINE' de la Universidad Politécnica de Madrid, Marcela González-Gross, ha destacado que tanto el entorno familiar como el educativo tienen un papel fundamental a la hora de facilitar el acceso de los niños al ocio activo, y fomentar la adquisición de hábitos saludables.

A este respecto, la experta ha hecho hincapié en la utilidad de diversas herramientas de educación nutricional para la población como, por ejemplo, '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 que blinde a los más pequeños ante el sobrepeso y la obesidad.

COMPONENTE GENÉTICO DE LA OBESIDAD

Por último, los especialistas participantes en el simposio han abordado el carácter multifactorial del sobrepeso y la obesidad infantil y juvenil, profundizando en otras áreas de interés como la genética y su influencia en el desarrollo de esta problemática.

En concreto, el catedrático de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Granada y presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición, Ángel Gil, ha informado de que actualmente se conocen alrededor de "130 genes" relacionados con la obesidad y que, además, este número continúa "en aumento".

"La mayor parte de la población obesa deriva de la interacción de determinadas variantes genéticas con los cambios ambientales, y alrededor del 5 por ciento 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", ha concluido.

La Voz Libre en Facebook

SERVICIOS

HOSPITALES movistar IBERIA

Bankia IBERDROLA "la Caixa"

Comenta esta información

Usuario:

Comentario:

Ver condiciones Ver términos legales

Código de seguridad: **Copia el código:**

GENERAR OTRO CÓDIGO

ENVIAR

Se publicará en breve

Página 1 de 0 Encontrados 0 comentarios

COMENTARIOS:

Página 1 de 0 Encontrados 0 comentarios