



CON EL ADSL DE JAZZTEL,
TU FACTURA DE MÓVIL GRATIS

Continúa la oferta

JAZZTEL

Miopia 600€/ojo 12 meses
sin intereses. Clínica Hidalgo. 1ª Consulta
preoperatoria Gratis!
www.clinicahidalgo.es
Gestión anuncios ▶

NoticiasMedicas.es

Ahora también en tu Smartphone

El canal de noticias médicas de PortalesMedicos.com

Buscar



[Últimas Noticias](#) | [Noticias por especialidad](#) | [Noticias por tema](#) | [Archivo de noticias](#) | [Canales](#) | [Publique sus noticias](#) | [Suscribase](#) | [Widget de Noticias](#)

Universidad Internacional IE University. Titulaciones de Ciencias, Humanidades y Empresas www.ie.edu/university

Máster MedicinaEvaluadora IL3 - Universitat de Barcelona Acredítate como perito médico www.il3.ub.edu/medicina_evaluadora

Universidad para Adultos Podrás conseguirlo de forma rápida y sencilla. ¡Infórmate ahora! accesosalauniversidad.com
Gestión anuncios ▶

Anuncios Google

[Obesidad Y Sobrepeso](#)

[Obesidad](#)

[Actividad Física](#)

Expertos abogan por nuevos enfoques para combatir la obesidad, dando peso a la importancia de la actividad física

Por [Noticias Medicina](#) | Publicada: Ayer | [Noticias de Endocrinología y Nutrición](#) | [Noticias de Alimentación y Salud](#) | [Noticias de Congresos Medicina](#) | [Noticias Octubre 2012](#)

Anuncios Google  [Salud Física](#) | [Dieta Peso](#) | [Nutrición](#) | [Sobrepeso](#)

[La ducha que te mereces](#)

Pídelo y lo tendrás en el mismo día Bañera por ducha: ¡consúltanos!
www.Securibath.com

[Todos los Masters 2012](#)

Buscador Oficial de Masters 2012. Precios, tipos...
¡Infórmate Aquí!
www.mejoresmaster.com

[Máster Semipresenciales](#)

Compagina Estudios y Trabajo. Consigue Tu Título con ESERP®.
eserp.com/ule.com/Semipresenciales

[Seguro Salud 29 € / mes](#)

Máxima Cobertura y sin Copagos. Compara y Contrata tu Seguro Online
lsegurosdeSalud.com/Seguro+Salud

Gestión anuncios ▶

Expertos abogan por nuevos enfoques para combatir la obesidad, dando peso a la importancia de la actividad física

NOTICIAS MEDICINA

Ver todas las noticias por [Noticias Medicina](#)

En el marco del Workshop 'Preguntas frecuentes en obesidad: ¿Hay nuevas respuestas?', dentro del programa "The way to the ICN 2013", antesala a la organización del 20th International Congress of Nutrition, Granada 15-20 septiembre de 2013

- La actividad física es una de las herramientas de salud pública con mayor potencial. Es necesario identificar factores comportamentales, susceptibles de ser modificados, y que puedan influir positivamente sobre la obesidad

- Los expertos proponen un paradigma basado en el "balance energético", un índice que combina ingesta de comida, gasto de energía derivado de la actividad física y grasa acumulada

- La importancia de la detección y prevención precoz de la obesidad así como el papel de la actividad física y la dieta mediterránea como medios preventivos frente a la obesidad son fundamentales

- Con el fin de promover hábitos saludables, la Fundación Iberoamericana de Nutrición, además de celebrar estos Workshops, está organizando la exposición "Nutrición, impulso vital", que abrirá sus puertas en mayo del 2013 en Granada

Zaragoza, octubre de 2012.- La obesidad es un problema de salud pública, considerándose una epidemia que afecta a niños y adultos. Autoridades sanitarias intentan buscar una solución a este problema multifactorial que exige una respuesta coordinada de todos los agentes implicados.

Con el objetivo de buscar soluciones y nuevos enfoques, prestigiosos expertos se dan cita en el marco del Workshop titulado 'Preguntas frecuentes en obesidad: ¿Hay nuevas respuestas?', organizado por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), la Real Academia de Medicina de Zaragoza y la Universidad de Zaragoza, con la colaboración de Coca-Cola España.

El encuentro, dirigido por el Prof. Ángel Gil, Catedrático de Bioquímica y Biología Molecular II de la Universidad de Granada, cuenta con la participación de expertos internacionales como Stefaan DeHennauw, Luis Moreno, Marta Garaulet, Jonatan Wells, Concepción Aguilera, Francisco B. Ortega y Alfredo Martínez.

Paradigma basado en el balance energético

¿Qué factor influye más a la hora de desarrollar obesidad: una ingesta excesiva de comida o una insuficiente actividad física?

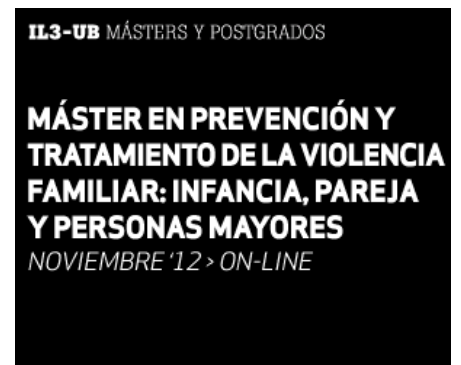
Según señala el Prof. Luis Moreno, Catedrático de Universidad de la Facultad de Ciencias de la Salud de la




FUNDACIÓN MAPFRE

CONVOCATORIA DE AYUDAS A LA INVESTIGACIÓN Y BECAS 2012

www.fundacionmapfre.com



IL3-UB MÁSTERS Y POSTGRADOS

MÁSTER EN PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LA VIOLENCIA FAMILIAR: INFANCIA, PAREJA Y PERSONAS MAYORES

NOVIEMBRE '12 > ON-LINE

Categorías

[Noticias por especialidad \(25419\)](#)

[Noticias por Temas \(6858\)](#)

[Archivo de noticias \(16405\)](#)

→ [Noticias de PR Newswire en español](#)

→ [Noticias de PR Newswire en inglés](#)

Buscar Noticias Médicas:

Universidad de Zaragoza "para prevenir la aparición de la obesidad se deben combinar estrategias que adapten el consumo de alimentos a la actividad física que realiza cada individuo. Es importante que los niños y adolescentes realicen cantidades adecuadas de actividad física moderada e intensa".

Los expertos proponen un paradigma basado en el "balance energético", una estrategia que combina ingesta de comida y gasto de energía derivado de la actividad física para evitar o disminuir el acúmulo de grasa corporal. Es importante enfatizar que, dentro de este paradigma, tradicionalmente se ha dado mucha importancia a la ingesta excesiva de alimentos y, cada vez más, numerosos estudios hablan a favor de la importancia de la actividad física en el mantenimiento no sólo de la masa corporal sino de la homeostasis del individuo y la prevención de enfermedades asociadas a la obesidad.

Desarrollo de la obesidad

La predisposición genética en el desarrollo de la obesidad es otro de los aspectos abordados en la reunión. Según el Prof. Alfredo Martínez, Catedrático en Nutrición de la Universidad de Navarra, "algunas personas tienen más riesgo de padecer obesidad por una predisposición de su base genética o por otros factores hereditarios ligados a la alimentación materna en el periodo de embarazo y lactancia que son determinantes para ganar peso en la edad adulta".

"Actualmente, los avances en el campo de epigenética han demostrado que la expresión de determinados genes responde distintamente ante restricciones calóricas e influye tanto en la pérdida de peso como en el mantenimiento del peso a lo largo de la vida", explica el Prof. Martínez.

Asimismo, la Dra. Concepción Aguilera, profesora titular de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Granada, añade que "la obesidad está asociada al denominado síndrome metabólico (SM) o síndrome de resistencia a la insulina (SRI)".

En este Workshop, la Dra. Aguilera presentará los principales resultados del grupo de investigación al que pertenece, que demuestran como los niños obesos en edad prepuberal (6-10 años) presentan SRI y características de SM, así como alteraciones en biomarcadores que se relacionan con la inflamación y el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.

Además, abordará la naturaleza poligénica de la obesidad, cuya interacción con factores ambientales es un hecho. Por este motivo, "la identificación de los genes que contribuyen al riesgo de la obesidad supone un trabajo complejo y difícil", añade.

Prevención de la obesidad: la actividad física como la mejor herramienta de intervención

La importancia de la detección y prevención precoz de la obesidad, así como el papel de la actividad física y la dieta mediterránea como medios preventivos frente a la obesidad, son fundamentales.

Para el Dr. Francisco B. Ortega, Investigador Ramón y Cajal en la Facultad de Ciencias del Deporte, Granada, afiliado también a la Unidad de Nutrición Preventiva del Instituto Karolinska, Suecia, "es necesario identificar factores comportamentales, susceptibles de ser modificados, y que puedan influir positivamente sobre la obesidad. Entre estos, la actividad física es una de las herramientas de salud pública con mayor potencial".

Según explica el Dr. Ortega, "en el estudio HELENA (Healthy Lifestyle by Nutrition in Adolescence) hemos observado que los adolescentes del sur de Europa (incluyendo España, Italia y Grecia) emplean mayor tiempo en actividades sedentarias y menor tiempo en actividades físico-deportivas que los adolescentes del centro y norte de Europa. Estas diferencias son más pronunciadas en las niñas que en los niños".

Asimismo, el estudio señala que un tercio (32%) de las adolescentes del centro-norte de Europa cumplió con las recomendaciones de actividad física (60min/día de actividad física moderada-intensa), frente a sólo un quinto (20%) de las adolescentes del sur de Europa. "El bajo nivel de actividad observado en el sur de Europa puede explicar en parte la mayor prevalencia de obesidad existente en esta zona", apunta.

Cómo actúa metabólicamente el tejido adiposo

Por su parte, en el marco de esta jornada, el Prof. Gil analizará las diferencias metabólicas del tejido adiposo según las distintas partes del organismo. Existen dos tipos principales de tejido adiposo: el tejido adiposo blanco (distribuido en todo el cuerpo, y que a su vez se compone de dos tipos: el tejido adiposo subcutáneo y el tejido adiposo visceral) y el tejido adiposo pardo (localizado en los humanos adultos en áreas del cuello, supraclavicular e interescapular y en el mediastino). Cada uno posee propiedades únicas y autónomas, difiriendo tanto a nivel estructural como funcional y molecular.

Así, mientras que el tejido adiposo pardo y el subcutáneo tienen propiedades metabólicas intrínsecamente beneficiosas, el visceral se asocia a resistencia insulínica, diabetes mellitus, dislipidemia, hipertensión, aterosclerosis, esteatosis hepática y mortalidad.

En la actualidad, diversas investigaciones están explorando el trasplante de tejidos, lo que podría tener implicaciones futuras en el tratamiento y prevención de la obesidad.

Dieta mediterránea y obesidad

Un alto porcentaje de mujeres en nuestro país (47%) se encuentra perpetuamente a dieta sin conseguir alcanzar ni mantener su peso.

"La mayoría de estas dietas -explica la Dra. Marta Garaulet, Catedrática de Fisiología de la Universidad de Murcia- son insuficientes en hidratos de carbono, monótonas e incompatibles con la vida social del individuo y con el placer de la comida". Pero además, generalmente están basadas en recomendaciones totalmente contrarias a los principios básicos de la dieta mediterránea, "cuando son sobradamente conocidas las numerosas ventajas que tiene sobre las alteraciones metabólicas asociadas con la obesidad (hipertensión arterial, hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia) y son diversos los estudios que muestran que es tan eficaz como cualquier otra dieta en pacientes que acuden a un programa de pérdida de peso, algo que en general se desconoce por la población general", añade.

Mediante una dieta mediterránea podemos modular la expresión de algunos genes y mejorar la efectividad de los tratamientos de adelgazamiento. Por otro lado, en los pacientes que tienen variantes genéticas asociadas a la obesidad, la tendencia a esta se produce sólo en aquellos que se alejan considerablemente de los patrones de dieta mediterránea en su vida habitual. "En definitiva -concluye la Dra. Garaulet- la dieta

Opciones para esta noticia

- [Enviar a un amigo](#)
- [Agregar a Noticias Favoritas](#)
- [Agregar a 'Noticias para leer'](#)



Síganos diariamente en:



Seguir a @noticiasmedicas 58.5K seguidores

NoticiasMedicas.es
NoticiasMedicas

noticiasmedicas Cierre de la adquisición de Gasmedi, una de las principales empresas de cuidados de salud a domicilio de España - [ow.ly/e9dvr](#)
36 minutes ago · reply · retweet · favorite

noticiasmedicas Michelle Alonso, Oro en los Paralímpicos de Londres 2012 visita San Juan de Dios. - [ow.ly/e9dvs](#)
26 minutes ago · reply · retweet · favorite

noticiasmedicas Manifiesto y apoyos por el Día Mundial de la Anticoncepción. - [ow.ly/e9dvt](#)
15 minutes ago · reply · retweet · favorite

noticiasmedicas Avances en diseño de volúmenes en Oncología Radioterápica mejoran precisión y control tumoral y reducen... - [ow.ly/e9dvw](#)
4 minutes ago · reply · retweet · favorite

Join the conversation



Noticias medicas mas leidas

- [Prevenar* 13 \(vacuna neumocócica conjugada polisacárida adsorbida 13-valente\) de Wyeth recibe la](#)

mediterránea es una herramienta útil en el tratamiento de la obesidad, tanto que puede incluso modificar nuestros genes, hacia unas características más saludables y una pérdida de peso más duradera".

Fundación Iberoamericana de Nutrición

Con el fin de promover hábitos saludables, la Fundación Iberoamericana de Nutrición, además de celebrar estos Workshops, está organizando la exposición "Nutrición, impulso vital", que abrirá sus puertas en mayo del 2013 en Granada en el Parque de las Ciencias de Granada, para, posteriormente, convertirse en itinerante por distintas ciudades de Iberoamérica.

Miopia 600€/ojo 12 meses

sin intereses. Clínica Hidalgo. 1ª Consulta preoperatoria Gratis!
www.clinicahidalgo.es

Gestión anuncios ▶

Compartir esta noticia

Meneame Delicious Fresqui Digg FaceBook MySpace Yahoo Google
 Live Favorites Technorati

Enviar esta noticia por e-mail

☒ Pulse aquí para enviar esta noticia por e-mail a algún amigo

[Últimas Noticias](#) [Noticias por especialidad](#) [Noticias de Endocrinología y Nutrición](#) Expertos abogan por nuevos enfoques para combatir la obesidad, dando peso a la importancia de la actividad física

[Últimas Noticias](#) [Noticias por Temas](#) [Noticias de Alimentación y Salud](#) Expertos abogan por nuevos enfoques para combatir la obesidad, dando peso a la importancia de la actividad física

[Últimas Noticias](#) [Noticias por Temas](#) [Noticias de Congresos Medicina](#) Expertos abogan por nuevos enfoques para combatir la obesidad, dando peso a la importancia de la actividad física

[Últimas Noticias](#) [Archivo de noticias](#) [Noticias Octubre 2012](#) Expertos abogan por nuevos enfoques para combatir la obesidad, dando peso a la importancia de la actividad física

primera aprobación de registro sanitario.

- Ya se pueden corregir enfermedades de la columna sin cirugía abierta.
- Nuevo anticonceptivo produce efectos beneficiosos en la piel y el cabello.
- La resonancia magnética lumbar sólo debe realizarse en casos excepcionales, y no debe ser el factor determinante para decidir si un paciente con dolor de espalda tiene que ser intervenido quirúrgicamente.
- El ácido hialurónico, una importante opción en artrosis de rodilla.
- Cómo tratar una fractura de tibia y peroné.
- La depilación láser reclama su espacio dentro de la medicina.
- Curso de Lectura rápida de Electrocardiogramas.
- Aclasta®, una vez al año, aprobado en la UE para tratar la osteoporosis causada por el tratamiento con esteroides en hombres y en mujeres postmenopáusicas.
- Gardasil, la vacuna tetravalente frente al Virus del Papiloma Humano ha recibido la pre-qualificación de la OMS.
- Daiichi-Sankyo España lanza Sevikar®, un nuevo tratamiento eficaz para la hipertensión leve, moderada y grave.
- El síndrome del intestino irritable afecta al 20% de la población española.
- Reconstruyen y aumentan las mamas sin prótesis, mediante transferencia de grasa propia y células madre.
- La Coruña será pionera en la utilización de un láser revolucionario y definitivo para el tratamiento de las hemorroides.
- Muvagyn, un nuevo concepto de probiótico vaginal presentado por Laboratorios Casen-Fleet.
- Xamiol: nuevo medicamento contra la psoriasis del cuero cabelludo.
- Estudios de modelización sugieren que Cervarix® podría reducir los casos de cáncer de cérvix hasta un 92% en Europa dependiendo de los datos específicos de cada país.
- Habrá una vacuna eficaz para la gripe 2009 antes de su previsible rebrote de otoño en el hemisferio norte.
- El Grupo Viamed presenta el proyecto de su nuevo Hospital Santa Ángela de la Cruz de Sevilla.
- Pfizer lanza la web www.dejadefumarconayuda.es para romper con el tabaco de forma exitosa.
- Nota Científica. Neurocirugía estereotáxica por el Dr. Alberto Ochoa Govin.
- El Dr. Jorge Alió destaca, a su regreso de África, la labor del equipo en las 60 operaciones realizadas con éxito
- Lanzamiento en España de Urorec/Silodyx, un novedoso tratamiento para los síntomas asociados a hiperplasia benigna de próstata (HBP).
- Clearblue lanza el Monitor Natural de Anticoncepción.
- GSK recibe la aprobación europea para Duodart®.

[Anuncios Google](#) 

[Cálculo De Peso](#)

[Dieta Y Nutricion](#)

[Nutricion Diabetes](#)

[Diabetes Sobrepeso](#)

Secciones y Servicios principales de PortalesMedicos.com:

[Portada](#) | [Buscar](#) | [Especialidades](#) | [Casos Clínicos](#) | [Artículos](#) | [Imágenes](#) | [Diapositivas](#) | [Publicaciones](#) | [Vídeos](#) | [Medicamentos](#)
[Revista](#) | [Diccionario Médico](#) | [Apuntes](#) | [Exámenes](#) | [Blogs](#) | [Foros](#) | [Empleo](#) | [Enlaces](#) | [Cursos](#) | [Congresos](#)

[Diccionario Médico versión Smartphone - iPhone - Android - BlackBerry](#)



[Web de Interés Sanitario](#)

[PortalesMedicos.com](#) - [MedBook.es](#) - [Medicopedia.es](#) - [FamiliayMujer.com](#): > Noticias > Foros



Siga PortalesMedicos.com en  y en 

Siga NoticiasMedicas.es en  y en 

Copyright 2012 [NoticiasMedicas.es](#). El canal de noticias de [PortalesMedicos.com](#) | [Condiciones de uso](#) | [Contactar](#) | [Publicidad](#)