



Obesidad en el niño: estrategias para su prevención en el Perú

Carlos M. Del Aguila Villar

Declaración de potenciales conflictos de interés

***Relativas a esta presentación no hay potenciales
conflictos de interés que declarar.***

Carlos Del Aguila Villar
CMP 18157 RNE 7987



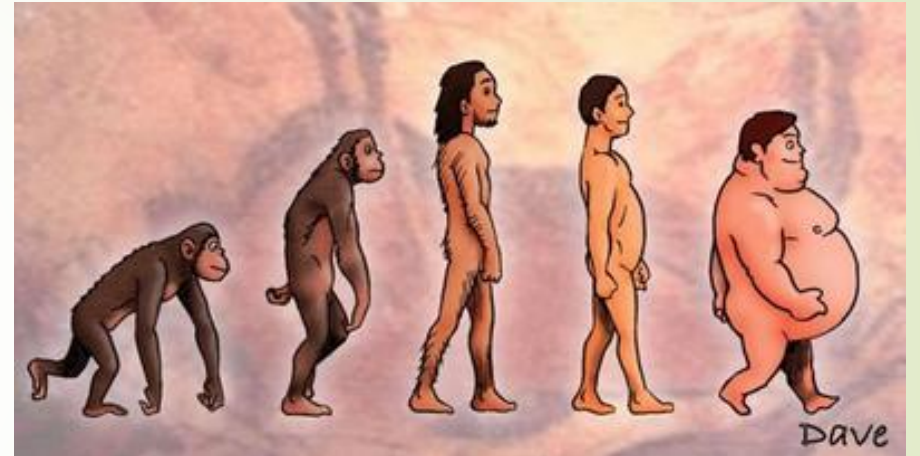
El problema de la obesidad en Pediatría

- ▶ La obesidad en el niño y adolescente es considerada un problema de salud pública tanto en los países desarrollados como en países en desarrollo, por el incremento de la prevalencia y las consecuencias sobre la salud de la población.
- ▶ El exceso de peso incrementa el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes tipo 2 e hipertensión, además de ocasionar un gran costo social



El estado nutricional de la población peruana

- *En el Perú, el estado nutricional de la población tiene la tendencia epidemiológica de mejora en sus condiciones socioeconómicas lo que favorece la disminución de la desnutrición pero se observa un incremento de la obesidad.*
- *Pueden coexistir la desnutrición crónica, el sobrepeso y la obesidad en los niños peruanos.*



Barria RM, Amigo H. Transición Nutricional: una revisión del perfil latinoamericano. Arch Latinoam Nutr. 2006;56(1):3-11.

Mispireta ML, Rosas AM, Velásquez JE, Lescano AG, Lanata CF. Transición Nutricional en el Perú, 1991 - 2005. Rev Peru Med Exp Salud Publica. 2007;24(2):129-35.

Factores de riesgo

- La obesidad durante la infancia está influenciada por factores genéticos, epigenéticos, conductuales y ambientales.
- Los factores conductuales y ambientales son más fácilmente modificables durante la infancia, por ello son el foco de las intervenciones clínicas, de ahí la importancia de identificar factores de riesgo de obesidad en la población pediátrica.
- Estos factores de riesgo son los antecedentes familiares de obesidad, los malos hábitos de alimentación y el sedentarismo, entre otros



Estrategias de intervención

- ▶ Los primeros años de vida son cruciales para establecer hábitos de alimentación saludable y de actividad física que reduzcan el riesgo de obesidad.
- ▶ La lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, seguida de la introducción de alimentos complementarios adecuados, juegan un rol importante en la reducción del riesgo de obesidad.



Horta BL, Loret de Mola C, Victora CG. Long-term consequences of breastfeeding on cholesterol, obesity, systolic blood pressure and type 2 diabetes: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatr.* 2015;104(467):30–7. doi: 10.1111/apa.13133.

Estrategias de intervención

- ▶ Alentar la ingesta de diferentes alimentos sanos, en lugar de alimentos no saludables de alto contenido calórico y bajo valor nutricional y bebidas azucaradas.
- ▶ Los profesionales de la salud especialmente los pediatras pueden aprovechar el control del crecimiento y desarrollo del niño y dar a los padres asesoramiento adecuado para ayudar a prevenir que los niños padezcan sobrepeso y obesidad



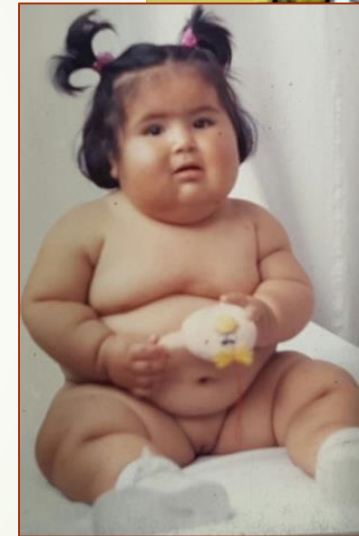
Estrategias de intervención

- Las mejores prácticas internacionales incluyen el incremento en la información que recibe el consumidor y la educación para cambiar las preferencias.
- Si las señales provenientes del mercado son confusas es difícil pensar que las compras realizadas por los consumidores serán las adecuadas y mucho menos las óptimas



Estrategias de intervención

- Mejorar la identificación y el tratamiento para los pacientes con sobrepeso y obesidad en el primer nivel de atención.
- La promoción de un estilo de vida activo y saludable es la herramienta más importante en la prevención y control de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas.
- Implica el compromiso de intervención en todo niño que presente señales de alarma como el exceso de peso o antecedentes familiares que constituyan riesgo para obesidad, aun cuando esto no sea el motivo de la consulta.



Estrategias de intervención

- ▶ Parte de un estilo de vida saludable es el fomento de la actividad física.
- ▶ Según reportes recientes, la actividad física disminuye desde que el niño ingresa a la escuela.
- ▶ En 2010 el 81% de los adolescentes entre 11 y 17 años no realizaban suficiente actividad física.
- ▶ Un 84% de las mujeres adolescentes y un 78% de hombres no llegaban los 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada a intensa, según lo recomendado por la OMS



Que hacer?

- Nuestro país requiere planear, implementar estrategias y líneas de acción costo-efectivas dirigidas a la prevención y el control de la obesidad en el niño y adolescente.
- La experiencia global indica que la atención correcta de la obesidad y el sobrepeso requieren la formulación y coordinación de estrategias multisectoriales y eficientes que permitan potenciar los factores de protección hacia la salud, para modificar el comportamiento individual, familiar y comunitario



Conclusión

- ▶ En conclusión, la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes constituyen un problema de salud pública emergente en el Perú, por lo que la identificación de los factores de riesgo y la participación multisectorial deben formar parte de las estrategias de prevención para asegurar que la población infantil llegue a ser adulta sin enfermedades crónicas y con adecuada calidad de vida

**REGRESEN
¡Hicimos algo
mal!**

