

LA PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN EL MEDIO ESCOLAR. PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD INFANTIL

Autor principal:

ESTEFANIA
GUIJARRO
SAIZ

Área temática:

Calidad y Prácticas Seguras en el área de Enfermería Comunitaria y Familiar

Palabra clave 1:

Obesidad infantil

Palabra clave 2:

promoción de salud

Palabra clave 3:

estilos de vida saludables

Palabra clave 4:

Escuela promotora de salud

Resumen:

Hay evidencia de que una intervención en el Marco de Escuelas Promotoras de Salud (se promueve la salud a través de todo el entorno escolar) que buscan reducir el IMC (especialmente en niños de 6 a 12 años) y aumentar la actividad física, ingesta de frutas/verduras/vegetales, previenen el sufrimiento, reduce desigualdades, crea adultos sanos, productivos, beneficia la función cognitiva y el rendimiento escolar en niños de peso normal, con sobrepeso y/o obesidad. La AHA (Asociación Americana del Corazón) en una corte de adultos jóvenes observó una prevalencia muy baja de salud cardiovascular (mala dieta saludable y hábitos alimenticios) asociado con un mayor aumento de peso, extrapolable a la población internacional planteándose el objetivo de reducir las muertes por enfermedad cardiovascular /ACV y mejorar la salud cardiovascular en un 20% priorizando la prevención primaria centrándose en la promoción de conductas saludables especialmente a edades tempranas.

Antecedentes/Objetivos:

La prevalencia obesidad/sobrepeso infantil es alta asociada a comorbilidad física y psicosocial. Encuesta Salud 2012 27,8% infantil (1c/10 niños obesidad, 2 sobrepeso). Los hábitos alimenticios (factor modificable) asociados con 5 de las 10 causas de muerte, la dieta tiene capacidad para modular la salud-La AHA recomendación de los 7 básicos-Estudio Global Burden of Disease Study 2010 (coste mundial de la enfermedad) la dieta es el principal factor de riesgo en los países desarrollados, la obesidad responsable del 10% de los años de vida saludables tirados a la basura-La OMS la obesidad infantil principal problemas de salud pública mundial-Nutrición Hospitalaria índice de alimentación saludable) Detecto que el 72% de la muestra necesita cambios en su alimentación _Ministerio de Agricultura Alimentación y

Medioambiente los patrones de consumo de alimentos y calorías españoles han cambiado alejándose de la Dieta Mediterránea-La Comisión Europea en materia sanitaria 2016 objetivo actuar en promoción de salud estrategia 2020 aumentar la esperanza de vida con buena salud, España con una esperanza de vida alta no así en esperanza de vida con buena salud. Objetivo: Conocer la evidencia existente, identificación de buenas prácticas y facilitar la universalización de las intervenciones en estilos de vida saludable (dieta ideal/prevencción obesidad infantil...)-Promover en la escuela estilos de vida saludables/conductas seguras-Permitir el desarrollo progresivo de intervenciones dirigidas a generar salud y prevenir la enfermedad

Descripción del problema - Material y método:

Se ha realizado una revisión bibliográfica sobre la evidencia respecto prevención y promoción en la escuela relacionada con la obesidad el sobrepeso infantil, dieta y hábitos saludables. Búsquedas en Medline, Pubmed, Cochrane, Embase y sitios web pertinentes. El periodo de búsqueda enero y febrero 2016 se seleccionaron cinco (límite de las bases del congreso : 1 Revisión 2014. 67 artículos. El marco de la escuela de promoción de salud de la OMS para mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes y su rendimiento académico. 2 2013. Una corte de 196 adultos jóvenes. Adopción AHA 2020. Recomendaciones dieta saludable ideal. Prevención de peso en adulto joven. 3 2014 revisión 6 estudios (14 artículos). La intervención de estilos de vida parece mejorar el rendimiento escolar en niños y adolescentes con sobrepeso/obesidad. 4 2011 revisión 55 estudios. Intervenciones para la prevención de la obesidad en niños. 5 Estrategia NAOS (nutrición, actividad física, prevención de la obesidad infantil y salud).

Resultados y discusión:

Varios estudios demuestran que los individuos con una salud cardiovascular ideal tienen un perfil más bajo de riesgo para enfermedades y eventos cardiovasculares, muerte súbita y la mortalidad por otras causas en comparación con individuos con mala salud cardiovascular (2). Si se quiere alcanzar los objetivos AHA 2020 enormes esfuerzos y recursos tendrán que poner en marcha las administraciones (1,2,3,4,5). La prevención y promoción con un enfoque poblacional, multifactorial y multidisciplinar (1,2,5). Las escuelas son puntos focales de prevención (1,2,5). El enfoque HPS (escuelas promotoras de salud) puede producir mejoras en ciertas áreas de salud (alimentación, actividad física...) (1,3,4). La OMS establece expresamente una nueva visión de salud y de educación en el nuevo marco de educación para la salud sin embargo parece haber habido poco avance (1). Reconocer que el entorno escolar es solo uno de los muchos campos de influencia de la salud infantil, no olvidar la familia y la comunidad en general, también tienen un impacto importante (1,2,5).

Aportación del trabajo a la seguridad del paciente:

Conocer la evidencia actual con relación a la eficacia de las intervenciones en estilos de vida en la promoción de salud (la buena práctica facilita la universalización de las mismas y la seguridad en la ejecución). Los cambios sociales y económicos han dado lugar a modificaciones importantes en los patrones alimentarios en los últimos decadas algunos positivos como aumentar la variedad en la dieta y un mejor acceso a los alimentos pero no ha mejorado la selección de una alimentación adecuada. Acciones que fomenten y den a conocer una dieta saludable (con evidencia científica) y en nuestro país permita recuperar las

características tradicionales de la Dieta Mediterránea y acelerar la prevención del sobrepeso/obesidad infantil aumenta la sensibilidad de la importancia de la promoción de salud en general y particularmente en el entorno escolar(ámbito estratégico para generar estilos de vida saludables) y así se incrementa la cooperación, colaboración y participación de los profesionales implicados ._Se reconoce sistemáticamente que funciona(buena práctica), para quien y en qué circunstancias._ Contribuye a que los centros educativos sean entornos seguros y saludables en la que los niños puedan desarrollarse plenamente con el mayor bienestar posible._ Mejora la salud de los niños, favorece el aprendizaje efectivo (salud física, emocional, social y académicamente) y contribuye a desarrollar adultos sanos , cualificados y productivos.

Propuestas de líneas futuras de investigación:

Un buen diagnóstico de la situación que lleve a elegir las acciones más adecuadas._ Asistencia y supervisión de restauración colectiva._ Control de la publicidad en alimentación. COMO:_Aumentar la comunicación entre responsables de salud y de educación(a menudo se trabaja aisladamente unos de otros)para lograr impactos sostenibles a largo plazo alcanzando todo su potencial._ Favorecer el proceso de mejora continua integrando los modelos de buena práctica con participación nacional e internacional entre experiencia, innovación y desarrollo de iniciativas en promoción de salud y darlas a conocer._ Estimular a las empresas agroalimentarias para producir alimentos de alta calidad nutricional y organolépticas en base a la máxima seguridad alimentaria_ Incrementar la conciencia social._ Favorecer la autonomía y capacidad para ejercer mayor control sobre la salud. Nuestra salud dependerá finalmente de nuestra implicación individual.

Bibliografía:

- 1- Langfor R, CP Bonell, Jones HE, Pouliou T, Murphy SM, aguas E, Komro KA, Gibbs LF, Magnus D, Campbell R. La promoción de la escuela marco. La OMS Salud para mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes y su rendimiento académico.Cochrane Database of Systematic Reviews 2014,nº4.Art.No.;CD008958.DOI:10.1002/14651858.pub2.
 - 2-Genevieve Forget, MD, PhD,Myriam Doyon, MSc,Guillaume Lacerte,Andre C, Carpentier, MD,Marie-France Langlois, MD,Marie-France.Adopcion de la American Heart Association 2020.Recomendaciones Dieta Saludable Ideal .Previene el aumento de peso en adultos jóvenes.Revista de la Academia de Nutricion y Dietetica.Vol 113,nº11,nov 2013, pag 1517-1522-
 - 3-Anne Martin, David H Saunders, Susan D, Shenkin , John Sproule.La intervención de estilos e vida para mejorar el rendimiento escolar en niños y adolescentes con sobrepeso y obesidad. Cochrane Desarrollo. Psicosociales y de Aprendizaje. Problemas de Grupo.8 mayo 2013, DOI10.1002/14651858.CD009728.pub2.
 - 4-Elizabeth W aters, Andrea de Silva-Sanigorski , Belinda J Burford, Tamara de Brown, Karen J Campbell ,YangGaro, Rebeca Armstrong, Lauren Prosser , Carolyn D Summerbell.Intervenciones para prevención de la obesidad en los niños.Cochrane Heart Group.Publicado online 7 diciembre 2011.
 - 5-Estrategia NAOS.WWW.aecosan.mssi.gob.es/AECOSAN/web/subhomg/nutrición/aecosan-nutricion.shtml.
-