

PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD INFANTOJUVENIL MEDIANTE LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Autor: Paula Rapp Bravo
Coautores: Victoria López López, Raquel Alcón García

INTRODUCCIÓN

La obesidad y el sobrepeso son definidos como “la nueva epidemia del siglo XXI”. En el 2010, la OMS calculó que existía entre 35 y 43 millones de niños obesos en el mundo. En Europa, un estudio realizado en 2015 revela que la prevalencia de sobrepeso y obesidad es de un 19-49% en niños y un 18-42% en niñas. Todas estas cifras son preocupantes y orientan hacia la necesidad de crear programas de promoción de hábitos de vida saludables.

OBJETIVOS

- Comprobar la efectividad de los programas educativos existentes, orientados a la prevención de la obesidad en la infancia y adolescencia.
- Verificar la necesidad de implementar nuevos programas para la promoción de hábitos de vida saludables en el periodo infantojuvenil.

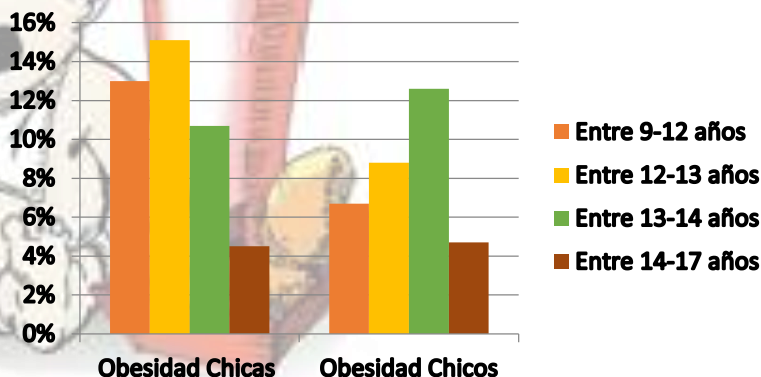
METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica (veintidós artículos publicados desde 2011), utilizando las palabras claves: **obesidad**, obesity, **prevención**, prevention, **adolescente**, teenager, **educación para la salud**, health education. Las bases de datos consultadas fueron: **PubMed**, **Scielo**, **Cochrane**, **Science Direct**. También se utilizaron otros recursos como: **Revista Española de Nutrición Comunitaria** y **Revista Española de Cardiología**.

RESULTADOS

En España, se ha producido un aumento considerable de la prevalencia de obesidad, no solo en adultos sino en edades cada vez más tempranas.

Se han encontrado muchos programas destinados a la prevención secundaria y terciaria de la obesidad infantojuvenil, aunque la mayoría no estaban enfocados a la prevención primaria. Entre estos destacan: el programa PERSEO en el medio escolar (por el Ministerio de Sanidad y Consumo), “Som la pera” de Cataluña (del programa Europeo EYTO) o el programa Thao-salud infantil. También es significativo “Go4fun”, proyecto australiano realizado durante 2015.



Proporción de obesidad infantojuvenil por edad y sexo sobre una población de escolares de Granada, España. *Estudio de referencia: Obesidad de una población de escolares de Granada: evaluación de la eficacia de una intervención educativa.*

CONCLUSIONES

Durante la revisión bibliográfica se ha comprobado que es necesario aumentar las líneas de investigación, para crear más programas de prevención primaria. De este modo, se ahorrarían muchos recursos y se podría conseguir una disminución de la prevalencia de la obesidad en esta etapa. Además, la escuela tendría que tenerse en cuenta como principal ámbito de actuación.

BIBLIOGRAFIA

- ❖ Hardy, LL. Miharshahl, S. Gale, J. et All. Translational research: are community-based child obesity treatment programs scalable?. BMC Public Health. 2015; 15:652. doi: 10.1186/s12889-015-2031-8.
- ❖ Aguilar Cordero, M. González Jiménez, E. García García, C.J. et All. Obesidad de una población de escolares de Granada: evaluación de la eficacia de una intervención educativa. Nutr. Hosp. 2011; vol.26 no.3. ISSN 0212-1611.

