

Justificación de la terapia dietético-nutricional

El consejo dietético-nutricional en etapas tempranas reduce el riesgo de obesidad en la edad adulta y sus comorbilidades. Además, tiene el potencial de mejorar la autoestima del niño.

Objetivo del consejo dietético-nutricional básico dirigido al paciente

- Mantener el peso corporal
- Reducir el peso en presencia de factores de riesgo
- Establecer hábitos alimentarios saludables
- Mejorar el entorno alimentario familiar
- Aumentar y mantener un ritmo de actividad física adecuado a la edad
- Mejorar la calidad de vida y la autoestima

Características de la dieta

- Plan dietético que incluye alimentos saludables de todos los grupos, rico en verduras, frutas, legumbres, cereales integrales y frutos secos sin sal, con moderado aporte de alimentos de origen animal y bajo en los alimentos ricos en grasa, azúcares y sal.
- Intervención nutricional dirigida a mejorar el entorno alimentario familiar, así como a facilitar el acceso a alimentos saludables en casa y en otros entornos a los que se exponga el niño.

Tiempo estimado de tratamiento

El manejo del peso corporal en población infantil debe ser monitorizado desde su diagnóstico.

Indicadores de evaluación del consejo dado al paciente

- Evaluar los cambios conductuales relacionados con la ingesta alimentaria y la actividad física y poner en valor las mejoras
- Evaluar aspectos psicosociales
- Valoración de la evolución del IMC a lo largo del crecimiento

Aspectos de especial atención

Las intervención dietético-nutricional en mayores de 12 años, en función de sus habilidades y estado de desarrollo, serán parte activa del tratamiento, no obstante, en todos los casos, la presencia y participación de la familia es imprescindible.

Criterios para la derivación al dietista-nutricionista. Información relevante para la interconsulta

El equipo multidisciplinar que debe atender al sobrepeso/obesidad infantil comprende las siguientes figuras: dietista-nutricionista colegiado, especialista en actividad física, experto en cambios de conducta, psicólogo infantil y pediatra.

- Obesidad mórbida

- Sobrepeso/Obesidad + otros factores de riesgo
- No observar mejoría tras 6 meses de seguimiento en sanidad pública
- Sobrepeso/Obesidad + otra enfermedad (síndrome de ovario poliquístico, hipotiroidismo congénito, ...)
- Sobrepeso/Obesidad de causa endocrina o genética
- Sospecha de conducta alimentaria familiar desequilibrada
- Sobrepeso/Obesidad + riesgo de exclusión social
- Sobrepeso/Obesidad en inmigrantes o población con una cultura gastronómica particular

En caso de obesidad mórbida u obesidad + comorbilidades asociadas y una valoración de riesgo importante se valorará en conjunto con un equipo multidisciplinar la idoneidad para el tratamiento farmacológico e incluso la cirugía bariátrica si fuese necesario.

Herramientas para la educación nutricional

- Abordaje de la obesidad infantil en consulta dietética <http://www.academianutricionydietetica.org/archivos/Presentaci%C3%B3n%20Workshop%20ZGA%202017%20Web.pdf>
- Guía sobre obesidad infantil para profesionales sanitarios de atención primaria http://enfermeriacomunitaria.org/web/attachments/article/193/Guia_obesidad_infantil%20para%20Profesionales%20sanitarios%20de%20AP.pdf
- Sobrepeso y obesidad infantil: no tiramos la toalla. Carlos Casabona Monterde <https://vimeo.com/208508599>
- Overweight and obesity. http://www.infantandtoddlerforum.org/media/upload/pdf-downloads/3.3_Overweight_and_Obesity.pdf
- Fun ideas to help your kids stay healthy <https://www.nhs.uk/change4life#fwd1juiJ6PLMHHfE.97>
- Eatwell plate. https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/528193/Eatwell_guide_colour.pdf
- UK physical activity guidelines. <https://www.gov.uk/government/publications/uk-physical-activity-guidelines>

Herramientas útiles para el profesional

- Aplicación nutricional para el cálculo del IMC y otros parámetros antropométricos en población infantil. Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica. <https://www.seghnp.org/nutricional/>

Referencias bibliográficas

NICE. Weight management: lifestyle services for overweight or obese children and young people. 2013 [cited 2018 May 15]; Available from:
<https://www.nice.org.uk/guidance/ph47/resources/weight-management-lifestyle-services-for-overweight-or-obese-children-and-young-people-pdf-1996362978757>



Organización Mundial de la Salud O. Informe de la Comisión para acabar con la obesidad infantil [Internet]. 2016 [cited 2018 May 16]. Available from:

http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/206450/9789243510064_spapdf;jsessionid=165143562EF976F96DD2CEEA26726A88?sequence=1

NAS NA of S. The Challenge of Treating Obesity and Overweight [Internet]. Washington, D.C.: National Academies Press; 2017 [cited 2018 May 16]. Available from:

<https://www.nap.edu/catalog/24830>

Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. Guía sobre obesidad infantil para profesionales sanitarios de atención primaria [Internet]. 2007 [cited 2018 May 16]. Available from:

http://enfermeriacomunitaria.org/web/attachments/article/193/Guia_obesidad_infantil_para_Profesionales_sanitarios_de_AP.pdf

Rivero Urgell M, Aznar Moreno LA, Dalmau Serra J, Moreno Villares JM, Aliaga Pérez A, García Perea A. Libro Blanco de la Nutrición Infantil [Internet]. Libro blanco de la nutrición. 2015. 89-94 p. Available from:

http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/libro_blanco_de_la_nutricion_infantil.pdf

Rajmil L, Clofent R, Bel Comos J. Revisión crítica de las intervenciones dirigidas a la obesidad (Informe de evaluación de tecnologías sanitarias) [Internet]. 2015 [cited 2018 May 16]. Ministerio de Sanidad, Política Social y Igualdad. Available from:

http://aquas.gencat.cat/web/.content/minisite/aquas/publicacions/2015/documents/Obesdad_revision_infantojuvenil_castella_convenio_carlosIII.pdf