



Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Madrid

<https://repositorio.uam.es>

Esta es la **versión de autor** del artículo publicado en:

This is an **author produced version** of a paper published in:

Enfermería Clínica 25.6 (2015): 1-5

DOI: 10.1016/j.enfcli.2015.07.006

Copyright: © 2015, Elsevier Inc.

El acceso a la versión del editor puede requerir la suscripción del recurso

Access to the published version may require subscription

CUIDADOS EN EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD INFANTIL

CARINGADRESSING CHILD OVERWEIGHT AND OBESITY

Carmen Martín-Salinas¹

Mª Elisa Segura-Segura

Ariamna Roque-Garay

¹Sección Departamental de Enfermería.

Departamento de Cirugía

Facultad de Medicina. Universidad Autónoma de Madrid

C/ Arzobispo Morcillo 4, 28046 Madrid

Contacto:

Carmen Martín-Salinas

Profesora de Enfermería

Mail: carmen.salinas@uam.es

Telf: 630451209

CUIDADOS EN EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD INFANTIL

NURSING CARE IN CHILD OVERWEIGHT AND OBESITY

Sra. Directora:

La obesidad infantil constituye uno de los mayores problemas de salud a los que se enfrenta la sociedad moderna (1). La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (2) confirma un preocupante aumento, detectándose las mayores cifras en el grupo de edad de 2 a 5 años que se sitúan en el 23,16% seguida del grupo etario de 6 a 10 años, con una prevalencia del 22,01%.

La evidencia epidemiológica identifica el sobrepeso y la obesidad, presentes durante la infancia y la adolescencia, como factores de riesgo cardiovascular en etapas posteriores del desarrollo (3). El hecho de ser obeso durante la infancia supone un agravante añadido al incremento de riesgo para la salud, y constituye un importante predictor de presentar este mismo problema en la edad adulta, así como una reducción de la esperanza y de la calidad de vida (4). Esto nos lleva a reflexionar sobre la necesidad de desarrollar programas de prevención dirigidos a establecer, desde edades tempranas, hábitos alimentarios y estilos de vida orientados a la salud.

La consulta de enfermería representa el primer nivel de aplicación de estrategias preventivas, pues las enfermeras poseen los conocimientos necesarios para proporcionar cuidados dirigidos a mejorar los hábitos alimentarios y de actividad física de la población, gozan de una mayor aproximación a la unidad familiar y, generalmente, son quienes realizan las actividades de educación integradas en los programas de salud. Además, las evidencias disponibles hasta el momento indican que una intervención educativa mediante consejo dietético, podría mejorar e influir positivamente en la evolución de los estados de sobrepeso y obesidad entre los/as más jóvenes (5).

Por este motivo, y tras la realización de nuestro Trabajo Fin de Grado, quisimos desarrollar a partir de la fundamentación teórica, un plan de cuidado sistematizado que sirviera de guía para el abordaje de los niños/as y jóvenes con sobrepeso y obesidad desde la Atención Primaria de Salud. En consonancia con las causas que mayoritariamente favorecen el sobrepeso y la obesidad, como son el aporte calórico excesivo y superior a las necesidades del individuo, el sedentarismo imperante en nuestra sociedad y escasos conocimientos para elegir alimentos con menor contenido energético, en el plan de cuidados elaborado, identificamos tres diagnósticos enfermeros prioritarios: *“Desequilibrio nutricional: ingesta superior a las necesidades”*, *“Estilo de vida sedentario”* y *“Conocimientos deficientes”*. Una vez identificados los diagnósticos, éstos se vincularon a un criterio de resultado con sus indicadores y su escala de medición, así como a varias intervenciones con sus correspondientes actividades, orientadas a favorecer la adquisición de conocimientos, habilidades y actitudes para capacitar a los niños y jóvenes con sobrepeso u obesidad a tomar conciencia de su problema de salud (Tabla1).

Como resultado de nuestra propuesta, elaborada en el marco de la metodología disciplinar enfermera, y fundamentada en la causas más frecuente de la obesidad y el sobrepeso infantil, nos planteamos si la estandarización de estas intervenciones podría facilitar a las enfermeras de Atención Primaria, el diseño y posterior aplicación de planes de cuidados individualizados para el abordaje y el seguimiento en el tiempo de estos problemas de salud, facilitando el uso de lenguajes enfermeros estandarizados, y yendo más a allá que de la recomendación de una dieta hipocalórica estandarizada y planificada sin tener en cuenta las características de la población a la que se dirige. Por tanto, sería de interés, proponer la inclusión el abordaje de la obesidad infantil como una de las prioridades de la consulta de Enfermería y la medición de su efectividad en términos de resultados enfermeros.

BIBLIOGRAFÍA

1. Calleja Fernández A. Modificación de los hábitos alimentarios del almuerzo en una población escolar. *Nutr Hosp*. 2011;26(3): 560-565.
2. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) [sede web]. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad; 2013 [acceso 5 de junio de 2015]. Evaluación y seguimiento de la estrategia NAOS: conjunto mínimo de indicadores. Disponible:
<http://www.observatorio.naos.aesan.msssi.gob.es/web/indicadores/indicadores.shtml>
3. Marrodan MD, Cabañas MD, Gómez A, González-Montero M, López-Ejeda N, Martínez-Álvarez JR, et al. Errores técnicos de medida en el diagnóstico de la desnutrición infantil: datos procedentes de intervenciones de Acción Contra el Hambre entre 2001 y 2010. *Nutr Clin Diet Hosp* 2013;33(2):7-15.
4. Collins CE, Warren JM, Neve M, McCoy P, Stokes BA. Systematic review of interventions in the management of overweight and obese children which include a dietary component. *Int J Evid Based Healthc* 2007; 5 (1): 2-53.
5. Martínez MI, Hernández MD, Ojeda M, Mena R, Alegre A, Alfonso JL. Desarrollo de un programa de educación nutricional y valoración del cambio de hábitos alimentarios saludables en una población de estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria. *Nutr Hosp* [online]. 2009 [acceso 5 de junio de 2015]; 24 (4): 504-510.

Tabla 1. Plan de cuidados para el abordaje del sobrepeso y obesidad.

Dominio 1. Promoción de la salud		Clase 1: Toma de conciencia de la propia salud		
Diagnóstico	Resultados NOC	Indicador	Escala de Medición	Puntuación diana
Estilo de vida sedentario	Conducta de cumplimiento: Actividad prescrita	Participa en la actividad física prescrita	M: Nunca, raramente, a veces, frecuentemente, siempre demostrado	
Intervención NIC		Actividades		
Fomento del ejercicio		Instruir al sujeto acerca de la frecuencia, duración e intensidad deseadas del programa de ejercicio. Animarle a empezar con el ejercicio recomendado. Controlar el cumplimiento del programa de ejercicios.		
Dominio 2. Nutrición.			Clase 1: Ingestión	
Diagnóstico	Resultados NOC	Indicador	Escala de Medición	Puntuación diana
Desequilibrio nutricional: ingesta superior a las necesidades	Peso corporal	Percentil del peso	B: desviación grave, sustancial, moderada, leve, sin desviación	
	Estado nutricional	Relación peso/talla		
	Conducta de adhesión: dieta saludable	Reduce la ingesta de alimentos con alto contenido calórico.	U: Ninguno, escaso, moderado, sustancial y extenso Conocimiento	
Intervención NIC		Actividades		
Ayuda para disminuir de peso.		Establecer un plan realista basado en una disminución de la ingesta de alimentos.		
Monitorización nutricional		Pesar al paciente. Monitorizar el crecimiento y desarrollo. Identificar los cambios recientes del peso corporal.		
Educación sanitaria		Desarrollar materiales educativos escritos en un nivel de lectura adecuado.		
Dominio 5. Percepción/Cognición		Clase 4: Cognición		
Diagnóstico	Resultados NOC	Indicador	Escala de Medición	Puntuación diana
Conocimientos deficientes	Conocimiento: dieta prescrita	Explica relación entre dieta, ejercicio y peso corporal	U: Ninguno, escaso, moderado, sustancial y extenso Conocimiento	
Intervención NIC		Actividades		
Asesoramiento nutricional		Determinar la ingesta y los hábitos alimentarios del paciente. Ayudarlo a registrar lo que suele comer en un período de 24 h. Evaluar el progreso de las metas de modificación dietética a intervalos regulares.		
Enseñanza: dieta prescrita		Instruir al paciente sobre las comidas permitidas y prohibidas		