

El exceso de peso alcanza casi a la mitad de los niños de 6 a 10 años

El Hospital General lidera un programa de referencia nacional para prevenir la obesidad entre la población infantil

LAURA GARCÉS

VALENCIA. El exceso de peso, la obesidad y sus consecuencias sobre la salud es una constante en el ámbito sanitario, también cuando se habla de niños. En estos momentos «cerca del 50% de los niños de entre 6 y 10 años sufren exceso de peso», asegura la doctora Empar Lurbe, jefa de servicio de Pediatría del Hospital General de Valencia.

Y una parte de esos menores cuyo peso es superior a lo recomendado por las autoridades sanitarias afronta problemas de obesidad. El Ministerio de Sanidad apuntó la semana pasada que en España el porcentaje de niños obesos está en torno al 26,1%.

La doctora Lurbe insiste en que no se puede olvidar que detrás de la obesidad se esconde la amenaza de la diabetes, la hipertensión o los problemas relacionados con el colesterol. Y no solo en adultos, también entre niños. De hecho, entre la población infantil hay pacientes con estos problemas, algo que «en el caso de la diabetes tipo 2 en los niños no tendría por qué existir».

Referencia nacional

¿Qué hacer ante esta situación? El hospital General ofrece su receta. El centro sanitario tiene en marcha un programa de referencia nacional que, como explica la doctora Lurbe, es referente nacional. La clave del plan no es otra que ofrecer un tratamiento personalizado a cada paciente sobre dos líneas de actuación indiscutibles: dieta adecuada y ejercicio físico.

La especialista, que asegura que en el último año han pasado por la unidad «entre 350 y 400 niños de toda la Comunitat» descubre cuál es el secreto para alcanzar el éxito: «No podemos dar a todos los niños las mismas recomendaciones». Hay casos en los que no se puede indicar un determinado ejercicio, en otros hay que fijar una cantidad de tiempo de práctica física para que se adecúe a las necesidades del niño.

Diseñar el programa más acertado para cada paciente es la labor del equipo «multidisciplinar» que lleva a cabo la unidad del Hospital General. Intervienen pediatras, psicólogos, profesores de educación física e incluso ingenieros. Estos se

encargan de diseñar los materiales en los que intervienen las nuevas tecnologías con la finalidad de sumar atractivos para ganar la fidelidad de los pacientes a la terapia.

«El primer paso es el diagnóstico del niño», explica la especialista. Puede ocurrir que el menor a causa de su exceso de peso haya sufrido problemas ortopédicos o que

por la misma razón tenga dificultades respiratorias». Atendiendo a estas circunstancias u otras que pueda plantear el estado de salud del pequeño, el equipo interdisciplinar pautará qué ejercicio físico y qué tiempo de práctica es lo más adecuado.

A medida que el menor pierde peso se va adaptando la terapia y cabe la posibilidad de que se le pauten un ejercicio distinto o más tiempo de práctica física. El tratamiento va acompañado de la atención psicológica y, por supuesto, de las indicaciones médicas oportunas sobre la dieta. Dice la doctora Lurbe que «se están obteniendo buenos resultados».

En el equipo que pauta la terapia hay pediatras, psicólogos, educadores físicos e ingenieros



Un niño con apreciable sobrepeso sentado ante otros menores que practican ejercicio físico. :: LP