

EsPorTuSalud

Programa multidisciplinar para el tratamiento de la obesidad infantil



Antonio Puig Ferrández
Centro de Salud de Crevillent



Programa EsPorTuSalud. OBJETIVOS.

Etiología multifactorial = **estrategia global**
(acción conjunta)



- Instituciones sanitarias (Centros de Salud. Hospitales).
- Centros educativos. Guarderías. Asociaciones de padres.

- Entorno familiar.



- Ayuntamientos. Asociaciones de vecinos

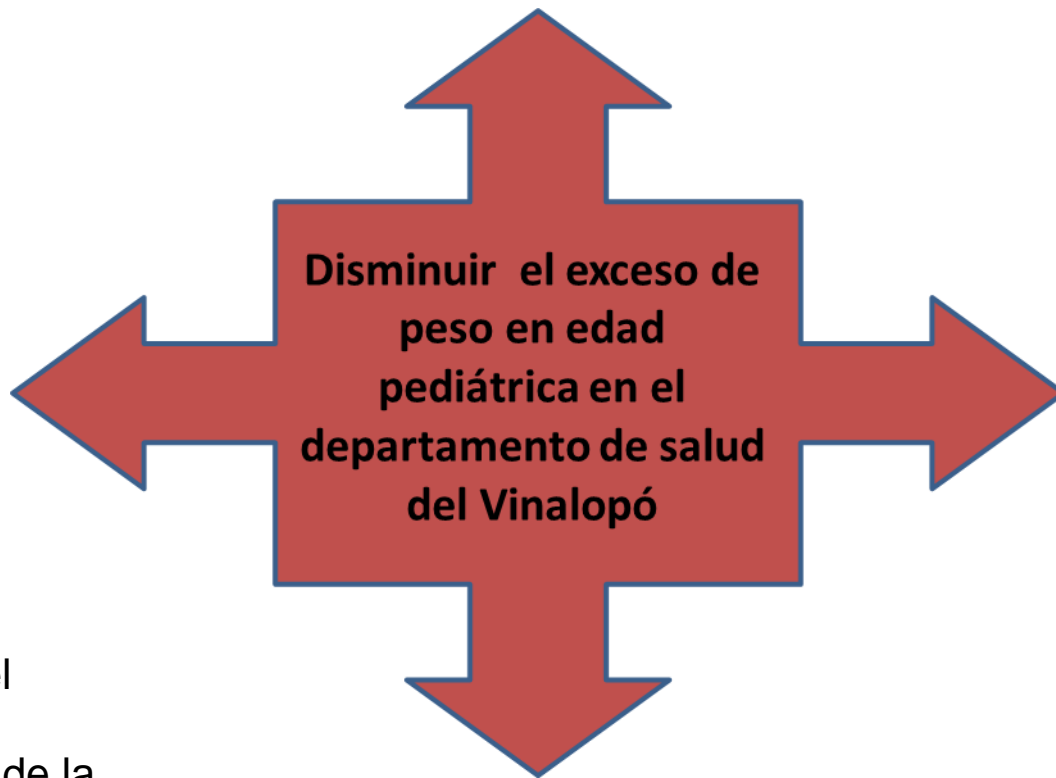


- Medios de comunicación.



Programa EsPorTuSalud. OBJETIVOS.

Promover la lactancia materna exclusiva



Modificación de conductas



- Aumento de la actividad física
- Disminución del sedentarismo
- Mantenimiento de la autoestima

Hábitos alimenticios y saludables



Disminución o mantenimiento del IMC

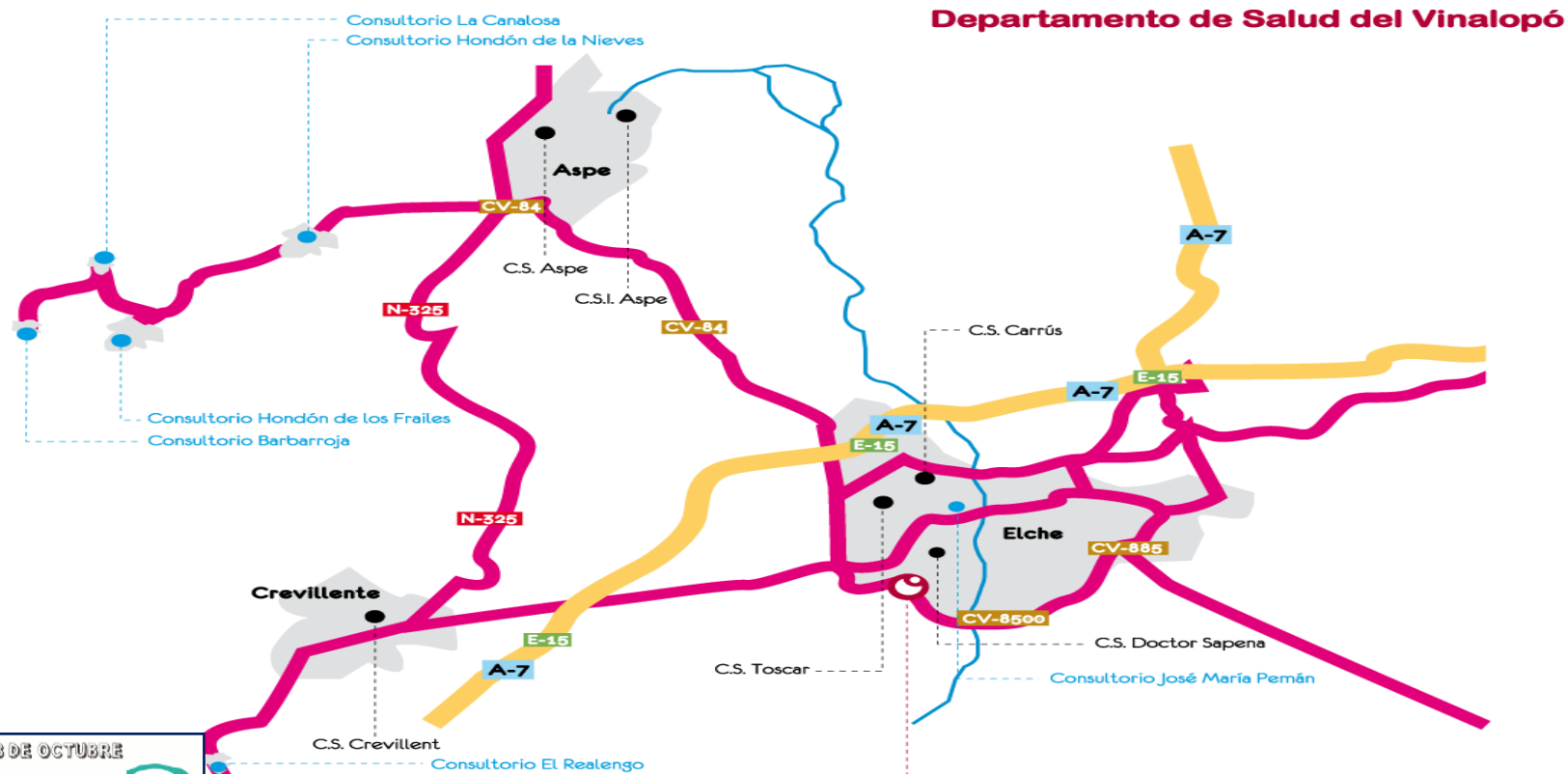
Participación y compromiso de la familia.



Programa EsPorTuSalud. Alcance

Población diana

Niños con exceso de peso con edades comprendidas entre 5-14 años pertenecientes al departamento de salud Elche-Crevillent.



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

1 RECURSOS HUMANOS

Equipo multidisciplinar:

Pediatras de primaria y especializada

Personal de enfermería

Nutricionistas

Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Profesores (UMH. Colegios. Institutos).



2 EQUIPO MATERIAL

Peso.

Tallímetro.

Cinta métrica.

Tensiómetro.

Instalaciones para el desarrollo de la escuela deportiva.

Material didáctico.



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

3 PROCEDIMIENTO EN CONSULTA DE ATENCIÓN PRIMARIA

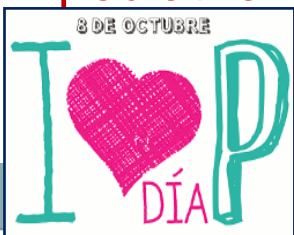
Todas las visitas serán conjuntas (Pediatra + Enfermera). La pauta de actuación es **0-1-3-6 meses y a partir 4ª visita cada 3 - 6 meses.**

Pesada mensual (a partir de la cuarta visita).

El protocolo incluye una pesada mensual, a partir de la cuarta visita, de todos los niños incluidos en el programa.

(Enfermería será la encargada de dicha pesada).

Captación: Inicialmente proactiva (listados de morbilidad). Posteriormente y en la actualidad, oportunista desde la comunidad educativa y las consultas de enfermería y pediatría.



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

INTERVENCIONES EN EL CENTRO
DE SALUD



Programa Esportusalud. METODOLOGIA.

1ª VISITA (INICIO)

| PEDIATRIA (30 minutos) | ENFERMERIA (30 minutos) |
|--|--|
| Informar a los padres. | Somatometría: Peso, Talla, IMC, Perimetro abdominal/cintura, Perimetro cadera, Desviación Estándar (OMS). Registrar en Excel de seguimiento |
| Realizar anamnesis : Antecedentes personales y familiares-Anamnesis dirigida-Actividad física. Registro en Hoja de evolución (Abucasis). | Entregar consejos sobre hábitos saludables de alimentación y de actividad física. Entregar encuesta alimentaria TEST KIDMED (Dieta mediterránea). |
| Solicitar analítica: Hemograma, Bioquímica, Insulina, TSH-T4L. Codificar Dx Esportusalud (V70.6) | Los comentarios y la evolución del niño se anotarán en la Hoja de comentarios de Abucasis. |



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

INTERVENCIONES EN LA COMUNIDAD



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

Lograr que los individuos sean agentes de cambio en su comunidad a través de:

- La prevención de la enfermedad.
- La resolución de problemas.



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

COLEGIOS

(A cargo de pediatras, enfermeros y nutricionistas)

- **Talleres trimestrales** de formación al profesorado, padres y niños sobre hábitos saludables de alimentación y actividad física.
- **Propuesta a la Comunidad Educativa:** Utilizar una hora semanal de la tutoría para realizar alguna actividad física y/o dar hábitos alimenticios saludables (Realizar crucigramas, sopa de letras, juegos informáticos sobre alimentación y ejercicio, utilización de internet.....).
- **Propuestas al AMPA** para promover diferentes actividades:
 - Compra saludable.
 - Talleres de cocina.
 - Caminata saludable compartida



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

AYUNTAMIENTOS. ASOCIACIONES.

- Realización de actividades al aire libre
(marchas a la sierra, kilómetro solidario,
visitas al mercado....)



Programa EsPorTuSalud. METODOLOGÍA

ESCUELA DEPORTIVA. MEDIOS COMUNICACIÓN



INFORMACIÓN

DOMINGO, 1 DE MARZO, 2015 | 9

A Pie de Calle

Elche



Un total de 28 niños y adolescentes acuden dos días a la semana al campus de la UMH para participar en el programa para combatir el sobrepeso con actividad física. ANTONIO AMARÓS

Iniciativa saludable. Entre el 26% y el 30% de la población infantil y adolescente padece sobrepeso. Unos datos alarmantes que ha llevado al Hospital del Vinalopó y a la Universidad Miguel Hernández a poner en marcha un programa para el tratamiento y prevención del sobrepeso en la infancia. El proyecto conjunto, en el que participan 28 niños, tiene entre sus atractivos sesiones semanales de actividad física en el campus.

En plena forma desde la infancia

del Vinalopó desarrollan un programa para prevenir la obesidad en niños y adolescentes con actividad física



Programa Esportusalud. Registros e indicadores

Estudios de prevalencia: Exceso de peso en la edad pediátrica en nuestro departamento de salud (por rangos de edad y sexo).

Estudios analíticos:

Evolución del IMC e IC-C.

Comparación de resultados en los test de actividad física y alimentación al inicio del programa y en los controles sucesivos.

Reuniones periódicas del grupo en el Hospital

(pediatras de primaria y especializada, enfermeros).



Programa EsPorTuSalud. Resultados

Unos 20 centros educativos implicados.



Modificación positiva de hábitos alimenticios percibida a través de las entrevistas.



Más de 1000 niños incluidos en el programa.



Incremento de la participación comunitaria:
DINAMISMO Y CONTINUIDAD.

