

Abordaje de la Obesidad Infantil y Juvenil en Canarias

PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR
DESDE LA INFANCIA



Servicio
Canario de la Salud



Gobierno
de Canarias

Abordaje de la Obesidad Infantil y Juvenil en Canarias

PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR
DESDE LA INFANCIA



EDICIÓN

Octubre de 2012

Gobierno de Canarias
Consejería de Sanidad
Servicio Canario de la Salud
Dirección General de Programas Asistenciales

Depósito Legal: GC 299-2012

DIRECTORA GENERAL DE PROGRAMAS ASISTENCIALES

Hilda Sánchez Janáriz

Coordinación. Dirección General de Programas Asistenciales

- **Ángela del Pino Duarte Curbelo.**
Técnica de la Dirección General de Programas Asistenciales
- **Víctor Naranjo Sintés.**
Jefe de Servicio de Atención Especializada
- **Rita Tristancho Ajamil.**
Jefa de Servicio de Atención Primaria, Planificación y Evaluación

Autoría

- **M^a Dolores Amador Demetrio.**
Técnica de la Dirección General de Programas Asistenciales
- **Honorio Armas Ramos.**
Pediatra, Unidad de Gastroenterología y Nutrición Pediátrica, Hospital Universitario de Canarias. Tenerife
- **Elisa Barrios González.**
Pediatra, Centro de Salud Playa San Juan. Tenerife
- **Balbina Bethencourt Lorenzo.**
Médica de Familia, Centro de Salud Los Realejos. Tenerife
- **Ángeles Cansino Campuzano.**
Pediatra, Coordinación Pediatría Atención Primaria-Atención Hospitalaria del Área de Gran Canaria
- **Ángela del Pino Duarte Curbelo.**
Técnica de la Dirección General de Programas Asistenciales
- **Nereida Fernández Betancor.**
Enfermera de Pediatría, Centro de Salud Vecindario. Gran Canaria
- **Francisco José Hernández Díaz.**
Técnico de la Dirección General de Programas Asistenciales
- **Santiago de la Huerga Moreno.**
Técnico de la Dirección General de Programas Asistenciales
- **Víctor Naranjo Sintés.**
Jefe de Servicio de Atención Especializada
- **Luis Peña Quintana.**
Pediatra, Unidad de Gastroenterología y Nutrición Pediátrica, Hospital Universitario Materno Infantil de Canarias. Gran Canaria
- **Sofía Quintero González.**
Pediatra, Unidad de Endocrinología Infantil. Hospital Universitario Materno Infantil de Canarias. Gran Canaria
- **Mónica Ruiz Pons.**
Pediatra, Unidad de Nutrición, Hospital Universitario Ntra. Sra. de Candelaria. Tenerife
- **Valentín Ruiz Caballero.**
Pediatra Centro de Salud Vecindario. Gran Canaria

- **Milagrosa Santana Hernández.**
Técnica de la Dirección General de Programas Asistenciales
- **Rosa Gloria Suárez López de Vergara.**
Técnica de la Dirección General de Salud Pública
- **Rita Tristancho Ajamil.**
Jefa de Servicio de Atención Primaria, Planificación y Evaluación

Revisión externa

- **Javier Aranceta Batrina.**
Pediatra. Catedrático de la Universidad de Navarra
- **Luis Moreno Aznar.**
Pediatra. Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud. Universidad Zaragoza
- **Manuel Bueno Sánchez.**
Catedrático Emérito Universidad Zaragoza
- **Jaime Dalmau Serra.**
Pediatra. Unidad de Nutrición y Metabolopatías. Hospital Infantil La Fe. Valencia
- **Leticia Hernández García.**
Enfermera de Pediatría. Centro Salud Vecindario. Gran Canaria
- **Silvia Ortega Pérez.**
Pediatra. Centro Salud Arucas. Gran Canaria
- **Lidia Rodríguez Germán.**
Enfermera de Pediatría. Centro Salud La Guancha. Tenerife
- **Catalina Santana Vega.**
Pediatra. Centro Salud Icod de los Vinos. Tenerife
- **Luis Serra Majem.**
Catedrático de Medicina Preventiva y Salud pública. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria
- **Asociación de Pediatría de Atención Primaria de Canarias. APAP Canarias**
- **Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria de Las Palmas. SEPEXPAL**
- **Sociedad Canaria de Medicina Familiar y Comunitaria. SoCaMFyC**

Índice

1.	Introducción. Situación actual y magnitud del sobrepeso y la obesidad ..	9
2.	Población diana	11
3.	Objetivos	13
4.	Evaluación	14
5.	Factores de riesgo de la obesidad	16
6.	Prevención de la obesidad	18
7.	Diagnóstico de sobrepeso y obesidad, cuantificación y tipificación	24
8.	Valoración en el sobrepeso y la obesidad	27
8.1.	Anamnesis	27
	Antecedentes familiares	27
	Antecedentes personales y perfil de desarrollo	27
	Patrón de alimentación	28
	Patrón de actividad física y ejercicio	28
	Valoración psicosocial	29
8.2.	Exploración física	29
8.3.	Exámenes complementarios	29
9.	Criterios de derivación	31
10.	Tratamiento de la obesidad	34
10.1.	Abordaje conductual	34
10.2.	Abordaje nutricional	47
10.3.	Abordaje de la actividad física y el ejercicio	57
10.4.	Abordaje médico quirúrgico	62
11.	Obesidad y otros factores de riesgo cardiovascular	63
11.1.	Detección precoz de factores de riesgo cardiovascular	63
11.2.	Síndrome metabólico	65
12.	Evidencias y Recomendaciones	67
Anexos	71
Anexo 1.	Tablas de percentiles peso/talla	72
Anexo 2.	Tablas de percentiles circunferencia/perímetro cintura	74
Anexo 3.	Tablas de percentiles Índice Masa Corporal	78
Anexo 4.	Tablas Z-score Índice Masa Corporal	80
Anexo 5.	Tablas de percentiles Tensión Arterial	82
Anexo 6.	Recomendaciones en alimentación	84
6.1.	Necesidades nutricionales y recomendaciones por grupos de edad	84

6.2.	Recomendaciones energéticas para la alimentación según nivel de actividad física	85
6.3.	Requerimientos de agua, hidratos de carbono, fibra y proteínas, según edad y sexo	87
6.4.	Alimentos según índice glucémico	88
6.5.	Recomendaciones sobre aspectos y técnicas culinarias	89
Anexo 7.	Clasificación del nivel de actividad física en población infantil y juvenil	90
Anexo 8.	Patologías relacionadas con la obesidad	91
Bibliografía	93