



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO XI – N. 27 – 2017

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n27/233.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "NARRATIVAS, FUENTE DE EVIDENCIAS CUALITATIVAS" **CUALISALUD 2017 XII Reunión Internacional de Investigación Cualitativa en Salud**, reunión digital celebrada del 16 al 17 de noviembre de 2017, organizada por Fundación Index. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

<i>Título</i>	Efectividad de una intervención educativa enfermera sobre obesidad en adolescentes
<i>Autores</i>	<i>Sergio Muñoz Ruiz, Pedro Simón Cayuela Fuentes</i>
<i>Centro/institución</i>	Escuela Universitaria de Enfermería de Cartagena, adscrita a la Universidad de Murcia
<i>Ciudad/país</i>	Murcia, España
<i>Dirección e-mail</i>	Sergiomruiz1995@gmail.com

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la adolescencia como “el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años” y la obesidad como la “acumulación anormal y excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud y que se manifiesta por un exceso de peso y volumen corporales” [1].

Su impacto en la mortalidad prematura, en la discapacidad y en el deterioro de la calidad de vida, junto con el gasto sanitario directo e indirecto ha hecho que el sobrepeso y la obesidad sean un importante problema de salud pública [2].

En 2014, más de 1900 millones de adultos tenían sobrepeso, de los cuales, más de 600 millones eran obesos [1]. La Encuesta Nacional de Salud del 2012 para el conjunto de España observó que de cada 10 niños y adolescentes de 2 a 17 años, dos tienen sobrepeso y uno obesidad [3].

La obesidad aumenta el riesgo de padecer diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares, varias formas de cáncer, osteoartritis, hipertrofia benigna de próstata, infertilidad, asma, apnea de sueño y un mayor riesgo de anomalías congénitas, en el caso de la obesidad materna Todo ello contribuyendo a un mayor gasto sanitario. En nuestro país se calcula que los costes directos e indirectos asociados a la obesidad suponen un 7% del gasto sanitario total, lo que representa unos 2.500 millones de euros anuales [4,5,6].

El estudio EnKid (Prevalencia de obesidad infantil y juvenil) definió como aspectos asociados a una mayor prevalencia de obesidad: peso al nacer mayor de 3500 gramos, ausencia de lactancia materna, ingesta de grasa $\geq 38\%$, alto consumo de bollería, refrescos y embutido, bajo consumo de frutas y verduras, actividades sedentarias como más de 3 horas de televisión diaria o no realizar prácticas deportivas y el ambiente [7,8]. Se han hallado evidencias científicas relacionadas con la obesidad en la población infantil y adolescente y con intervenciones educativas destinadas a su prevención o mejora, a través de un aumento de los conocimientos y de un cambio en las actitudes de dicha población entre las que cabe destacar:

La revisión sistemática “Intervenciones para tratar la Obesidad Infantil” concluyó que la combinación de los componentes dietético, conductual y de actividad física parece ser efectivo [9]. Y la revisión sistemática enfermera “Efectividad de las intervenciones de base poblacional dirigidas a la prevención del sobrepeso en la población infantil y adolescente” concluyó que las intervenciones que resultaron efectivas se realizaron en el ámbito escolar y que la mayor participación en las actividades físicas parece ser una intervención interesante para aplicar en los programas de prevención y reducción de la obesidad [10].

Finalmente, constatar que la figura de la Enfermera Escolar está dando pasos para convertirse en una realidad en la Región de Murcia, siguiendo la estela de otras Comunidades Autónomas donde ya es una realidad. El pasado día 27 de septiembre de 2016 se debatió en el pleno de la Asamblea Regional de Murcia la moción 758 sobre la integración progresiva de profesionales de Enfermería en los centros educativos de la región a partir del curso académico 2016/2017 con la finalidad de dar respuesta a los problemas de salud que acontecen dentro de la comunidad escolar [11], encontrándose entre ellos el problema del sobrepeso y la obesidad en la población infantil y adolescente de nuestra región.

Con el presente proyecto se pretende constatar que en adolescentes (12-17 años), tras realizar intervenciones de educación para la salud, en comparación con los adolescentes que no la reciben, aumenta sus conocimientos acerca del sobrepeso y la obesidad y adquieren hábitos de alimentación y ejercicio físico saludables.

Metodología

Ensayo clínico aleatorizado. La población a estudio es el alumnado matriculado en el I.E.S. Jiménez de la Espada en el curso académico 2017-18. Actualmente, hay 999 alumnos escolarizados. Para obtener una muestra representativa, con un nivel de confianza del 95% y un error máximo admitido del 5%, la población susceptible resultante es de 278 sujetos. Este número se aumentará en un 10% en previsión de las posibles pérdidas/errores de registro durante el estudio, resultando un tamaño muestral de 306 sujetos, divididos en grupo control y grupo intervención, 153 en cada grupo, en grupos de 20 lo que resultaría en 7 clases de 20 y 1 de 13.

Se realizará una selección aleatoria de la muestra de forma estratificada y proporcional por curso escolar (1º, 2º, 3º y 4º de la ESO y 1º y 2º de Bachiller) y sexo

Las herramientas que se utilizarían para valorar los objetivos específicos serán el cuestionario de conocimientos ORK-10 (Obesity Risk Knowledge-10) [12], el cuestionario de actividad física PAQ-A (Physical Activity Questionnaire for Adolescent) [13] y el Cuestionario de Frecuencia de Consumo Alimentario-CFCA [14].

Al grupo intervención se les citará un día y una hora concreta en un aula del Centro Escolar para iniciar la intervención educativa. Sobre el grupo control no se realizará intervención alguna.

Tras la intervención educativa se procederá a cumplimentar los cuestionarios de evaluación de conocimientos, de actividad física y de hábitos alimentarios en ambos grupos. Un año después de realizar la intervención educativa se volverán a cumplimentar los cuestionarios.

La intervención educativa consta de 5 sesiones teórico-prácticas de, aproximadamente, unos 40 minutos de duración, está previsto realizar dos sesiones por mes, que versarán sobre el concepto e influencia de la obesidad, la alimentación saludable, los factores de riesgo y de protección y las modificaciones en los estilos de vida.

El proyecto de investigación tiene una duración total estimada de 8 meses con una posterior reevaluación al año de iniciar la intervención.

Aplicabilidad

A nuestro entender, y tras el estudio de la bibliografía hallada, consideramos que la puesta en marcha de un programa de prevención de la obesidad en adolescentes sería positivo al aumentar sus conocimientos acerca del sobrepeso y la obesidad, de tal manera que adquirirían hábitos de alimentación saludables e incluirían el ejercicio físico dentro de su actividad física, lo que repercutiría en su calidad de vida. A largo plazo disminuiría el número de población con obesidad y sobrepeso por lo que habría un menor gasto sanitario.

Bibliografía

1. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y Sobrepeso. Nota descriptiva nº. 311 [En línea]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, Junio de 2016 [Acceso el 5 de Abril de 2017]. Disponible en Internet: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
2. Ballesteros Arribas JM, Dal-Re Saavedra M, Pérez Farinós N, Villar Villalba C. La estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad: estrategia NAOS. Rev Esp Salud Pública [Revista en línea]. 2007. [consultado el 10 de Abril de 2017]; 81(5):443-449. Disponible en: http://www.msc.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/vol81/vol81_5/RS815C_443.pdf.
3. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad e Instituto Nacional de Estadística. Encuesta Nacional de Salud 2011-2012. Madrid: 2013. Disponible en: <https://www.msssi.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuestaNac2011/NotaTecnica2011-12.pdf>
4. Wang YC, McPherson K, Marsh T, Gortmaker SL, Brown M. Health and economic burden of the projected obesity trends in the USA and the UK. Lancet [Internet]. 2011 [Consultado en 10 de Abril de 2017]. 378(9793):815-825. Disponible en: [http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(11\)60814-3/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(11)60814-3/fulltext)
5. Liria R. Consecuencias de la obesidad en el niño y el adolescente: un problema que refiere atención. Rev Peru Med Exp Salud Pública [Revista on-line]. 2012 [Consultado 17 de Abril del 2017]; 29(3):357-360. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342012000300010
6. Renehan A, Tyson M, Egger M, Heller R, Zwahlen M. Body-mass index and incidence of cancer: a systematic review and meta-analysis of prospective observational studies. Lancet [Internet]. 2008 [Consultado el 10 de Abril de 2017]; 371: 569–578.

Disponible en: [http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(08\)60269-X/ppt](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(08)60269-X/ppt)

7. Serra Majem L, Ribas Barba L, Aranceta Bartrinac J, Perez Rodrigo C, Saavedra Santana P, Quintana Peña L. Obesidad infantil y juvenil en España. Resultados del estudio enKid (1998-2000). *MedClin [Revista en línea]*. 2003. [Consultado el 11 de Abril de 2017]; 121(19): 725-732. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-articulo-obesidad-infantil-juvenil-espana-resultados-13054970>

8. Ministerio de Sanidad y Consumo. 1ª conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España, prevención de la obesidad Infantil y Juvenil. 2007 Madrid. Disponible en: <https://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/PrevencionObesidad.pdf>

9. Oude Luttikhuis H, Baur L, Jansen H, Shrewsbury V, O'Malley C, Stolk R, et al. Intervenciones para tratar la Obesidad Infantil. *Biblioteca Cochrane Plus [Revista en línea]*. 2009. [Consultado el 20 de Abril de 2017]; 1(2):197. Disponible en: <http://www.biblioteca-cochrane.com/BCPGetDocument.asp?SessionID=%2011851470&DocumentID=CD001872>

10. López L, Audisio Y, Berra S. Efectividad de las intervenciones de base poblacional dirigidas a la prevención del sobrepeso en la población infantil y adolescente. *Med Clin [Revista en línea]*. 2010 [Consultado el 20 de Abril del 2017]; 135:462-469. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-articulo-efectividad-las-intervenciones-base-poblacional-S0025775309010562>

11. Moción nº 758 sobre la integración progresiva de profesionales de enfermería en los centros educativos de la región a partir del curso académico 2016/2017. *Asamblea Regional de Murcia*, nº 63, (27-9-2016).

12. Rutkowski EM, Connelly CD. Adolescent Obesity Risk Knowledge (AORK): Let the Discussion Begin. *Pediatr Nurs [Revista en línea]*. 2016. [Consultado el 16 de Abril del 2017]. 21(1):37-43.

13. Martínez-Gómez D, Martínez-de-Haro V, Pozo T, Welk GJ, Villagra A, Calle ME, et al. Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad física PAQ-A en adolescentes españoles. *Rev Esp Salud Pública [Revista en línea]*. 2009[Consultado el 16 de Abril del 2017]; 83(3):427-439. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272009000300008

14. Trinidad Rodríguez I, Fernández Ballart J, Cucó Pastor G, Biarnés Jordà E, Arija Val V. Validación de un cuestionario de frecuencia de consumo alimentario corto: Reproducibilidad y validez. *Nutr Hosp [Revista en línea]*. 2008[Consultado el 16 de Abril del 2017]; 23(3):242-252. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112008000300011.