



# NUTRICION EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

13/02/2022 / YENI KAREN CANALES / AZUCENA CARRANZA

# NUTRICION EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

## Sobrepeso y obesidad en niños en su infancia temprana y preescolares

- De acuerdo con la información de la NHANES 2003-2004, 13.9% de los niños de 2 a 5 años padece sobrepeso
- Obesidad. BMI para la edad mayor del percentil 95
- Sobrepeso. Índice de masa corporal en el percentil 95 o por arriba de éste.
- diferencias entre raza/ etnicidad

## Evaluación del sobrepeso y la obesidad

- Un BMI para la edad equivalente al percentil 85 a 94 se define como sobrepeso
- BMI para la edad  $\geq$  percentil 95 se define como obesidad
- No existen valores normativos de BMI para niños menores de dos años
- se considera como obesidad un percentil  $>95$  de peso por longitud

## Prevención del sobrepeso y la obesidad

- La prevención es el mejor abordaje en contra del sobrepeso y la obesidad
- Se debe considerar a todos los niños en la prevención desde el momento de su nacimiento
- conductas de estilo de vida que prevengan la obesidad
- conductas meta en la prevención del sobrepeso y la obesidad pediátricos

# NUTRICION EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

## Sobrepeso y obesidad en niños en su infancia temprana y preescolares

La obesidad es un problema multifacético

AMA, DHHS, EUA, para la evaluación, prevención y tratamiento del sobrepeso y obesidad infantil y juvenil

12 organizaciones profesionales que incluyeron AAP, Academy of Nutrition and Dietetics, AHA

## Evaluación del sobrepeso y la obesidad

años preescolares, de la relación entre el peso y la estatura al cuadrado [peso (kg)/estatura (m<sup>2</sup>)] es normal

BMI llega a su punto más bajo cerca de los 4 a 6 años, y después aumenta gradualmente - rebote de adiposidad

Un rebote de adiposidad temprano en los niños aumenta el riesgo de obesidad en la adultez

1-valoración del riesgo médico del niño  
2- valoración de las conductas de riesgo

## Prevención del sobrepeso y la obesidad

Limitar la ingesta de bebidas endulzadas con azúcar

Alentar el consumo de las cantidades recomendadas de frutas y verduras

No usar la comida como recompensa, desarrollar conductas saludables para regular la ingesta de alimentos

Desarrollo de preferencias alimenticias, apetito y saciedad