

Revisión

Efectos de los programas de intervención enfocados al tratamiento del sobrepeso/obesidad infantil y adolescente

D. Rocha Silva^a, M. Martín-Matillas^a, A. Carbonell-Baeza^b, V. A. Aparicio^c y M. Delgado-Fernández^a

^aDepartamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Granada. Granada. España.

^bDepartamento de Didáctica de la Educación Física. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Cádiz. Puerto Real. Cádiz. España.

^cDepartamento de Fisiología. Facultad de Farmacia e Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos. Universidad de Granada. Granada. España.

Historia del artículo:

Recibido el 9 de octubre de 2013

Aceptado el 30 de agosto de 2013

Palabras clave:

Programa de intervención.

Obesidad infantil.

Adolescentes.

Sobrepeso/obesidad.

Actividad física.

Dieta.

Keywords:

Intervention program.

Childhood obesity.

Adolescents.

Overweight / obesity.

Physical activity.

Diet.

Correspondencia:

D. Rocha Silva.

Departamento de Educación Física y Deportiva.

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Universidad de Granada.

Carretera Alfacar, s/n.

Granada, 18011. España.

Correo electrónico: dinalrilan07@hotmail.com.

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue realizar una revisión sistemática de la efectividad de los programas de intervención basados en actividad física (AF) y control dietético sobre el sobrepeso y/u obesidad en población infantil y adolescente. La búsqueda bibliográfica fue realizada en bases de datos electrónicas abarcando el período comprendido entre el 1 de julio de 2006 y el 30 de abril de 2012. Del total de 1.696 estudios encontrados inicialmente, se incluyeron 28 artículos que describieron 23 programas de AF y orientación alimentaria destinados a niños y adolescentes con sobrepeso/obesidad. Diecisiete programas fueron dirigidos a niños y adolescentes y 6 fueron diseñados específicamente para adolescentes. En 10 de los estudios, la condición física (CF) fue adicionalmente valorada. Los resultados parecen señalar que la AF asociada con orientación nutricional produce efectos positivos en la reducción del peso e índice de masa corporal (IMC). Resaltamos la necesidad de diseñar programas específicos para adolescentes, así como valorar objetivamente la eficacia de dichos programas a largo plazo en poblaciones de niños y adolescentes con sobrepeso/obesidad.

© 2013 Revista Andaluza de Medicina del Deporte.

ABSTRACT

Effects of intervention programs focused on the treatment of overweight/obese children and adolescents

The aim of this study was to realize one systemic review the effectiveness of intervention programs which were based on physical activity (PA) and dietary control of overweight and/or obese children and adolescents. The literature search was conducted in electronic databases covering the time period between July 1th, 2006 to April 30th, 2012. From 1,696 studies initially reviewed, 28 articles describing 23 programs were included. We have included studies with exercise programs and nutritional counseling for overweight and/or obese children and adolescents. Interventions which were excluded were those which involved the use of drugs, studies conducted in adolescents with hormonal disorders and eating disorders, book chapters, conference proceedings and dissertations. Seventeen programs were targeted towards children and adolescents and six were designed specifically for adolescents. In ten studies, the physical fitness (PF) was further assessed. Due the methodological heterogeneity found, these results are insufficient to determine the effectiveness of intervention programs regarding PA and diet. The results seem to indicate that AF associated with nutrition counseling has positive effects on reducing weight and body mass index (BMI). We emphasize the need to design specific programs for adolescents, as well as the as well assess the effectiveness of long term programs in populations of children and adolescents with overweight and obesity.

© 2013 Revista Andaluza de Medicina del Deporte.

INTRODUCCIÓN

La obesidad es una patología caracterizada por el aumento de la masa grasa corporal¹, como consecuencia del desequilibrio entre la ingesta de alimentos y el gasto energético², constituyendo en la actualidad un problema de salud pública de alcance mundial, con prevalencia creciente en la población infantil y adolescente en las últimas décadas³⁻⁴. Las estimaciones indican que el exceso de grasa es el trastorno más frecuente en Europa entre los niños de 7-11 años (10 - 30 %) y adolescentes de 14 - 17 años (8 - 25 %)¹. Así mismo, hay evidencias científicas del negativo impacto físico y psicosocial causado por la presencia de sobrepeso y/u obesidad durante la infancia⁵⁻⁶.

Por este motivo, en los últimos años, los esfuerzos se centran en aumentar la práctica de actividad física (AF) por parte de dichos grupos poblacionales como estrategia para reducir el riesgo de desarrollar la enfermedad⁷. En el trabajo de revisión de van Sluijs et al⁸, analizaron la efectividad de intervenciones para la promoción de AF en niños y adolescentes, destacando la falta de calidad en las conclusiones de los estudios en lo que se refiere a la efectividad. Mac Goven et al⁹, analizaron los efectos de intervenciones en ensayos clínicos aleatorios incluyendo en su tratamiento estrategias de afrontamiento en niños y adolescentes con sobrepeso/obesidad, el uso de fármacos, la AF y/o dieta, resaltando la falta de evidencia en la eficacia de tales tratamientos a largo plazo.

Considerando estos hallazgos, el objetivo del presente artículo ha sido realizar una revisión sistemática de la efectividad de los programas de intervención que han utilizado la AF y la alimentación como estrategias para el afrontamiento del sobrepeso/obesidad en niños y adolescentes.

MÉTODO

Para la revisión se utilizaron las siguientes bases de datos: SCOPUS, Medline plataforma Web of Knowledge, PsychInfo, CINAHL plataforma OVID and ISI Web of Knowledge. Las palabras clave utilizadas en la búsqueda fueron: "intervention", "overweight", "obesity", "adolescents", "physical activity", "physical fitness" así como la combinación de éstas.

Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión fueron los siguientes: a) estudios entre el 1 de julio de 2006 y el 30 de abril de 2012, publicados en revistas científicas de texto completo con acceso electrónico; b) adolescentes (12 - 19 años) que presenten percentiles de índice de masa corporal (IMC) con valores considerados parámetros de sobrepeso y obesidad, según los rangos de referencias establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), y c) intervenciones que incluyan AF, alimentación o la combinación de ambos para el tratamiento del sobrepeso/obesidad, con una duración mínima de cuatro semanas.

Se excluyeron aquellas intervenciones que emplearon fármacos, las centradas en desarrollar programas en adolescentes con alteraciones hormonales y desórdenes alimentarios, así como capítulos de libros, resúmenes de congresos y tesis doctorales.

Inicialmente, un revisor seleccionó las referencias de acuerdo al título y resumen. Las identificadas como relevantes y que tras la lectura del texto completo generaban duda en el proceso de selección, fueron analizadas de forma independiente por dos revisores. Las diferencias de

acuerdo entre los revisores fueron resueltas mediante discusión, siguiendo los criterios de inclusión predeterminados.

RESULTADOS DE LA BÚSQUEDA

El procedimiento de búsqueda ha permitido identificar 1.696 artículos potencialmente seleccionables (SCOPUS, N = 344; Medline plataforma Web of Knowledge, N = 33; PsychInfo N = 925; CINAHL plataforma OVID N = 182; ISI Web of Knowledge N = 212). En el análisis inicial 913 referencias fueron excluidas tras comprobar los títulos de los artículos. Un total de 722 artículos fueron excluidos después de la lectura del resumen. Entre los 191 restantes, tras la lectura del texto completo, se seleccionaron 44 artículos como relevantes. Tras un análisis en profundidad, 28 artículos que describen 23 programas de intervención se ajustaron a los criterios de inclusión establecidos para esta revisión. (fig. 1).

CARACTERÍSTICAS DE LOS PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN

Los 23 programas de intervención tienen las siguientes características generales: todos son programas de intervención que combinan AF y dieta, en 10 de ellos, además se evalúan los cambios en la condición física (CF)¹⁰⁻¹⁹. Diecisiete intervenciones fueron dirigidas para niños y adolescentes^{10-12,14,16-28} y 6 fueron desarrollados tan solo en adolescentes^{13,15,29-32} (tabla 1). Seis programas presentaron un periodo de seguimiento^{12,20,22,24,33-36}.

La duración de la práctica de AF varió entre 45 y 90 minutos por sesión, con frecuencia desde un día a la semana hasta la práctica diaria, incluyendo los fines de semana y vacaciones, desarrolladas con distinto

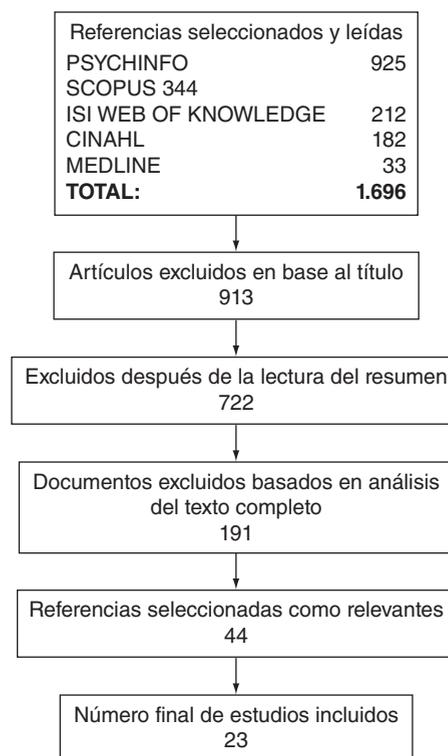


Fig. 1 Diagrama de la selección de referencias para la revisión.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4085744>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4085744>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)