



## **XXVI Comunicaciones Científicas y Tecnológicas**

Orden Poster: CM-051 (ID: 2149)

**Autor:** Rodriguez, Leonardo Jesus

**Título:** Estilo de vida en niños y niñas de 6 a 10 años con malnutrición por exceso asistidos en instituciones del primer nivel de atención

Director: Dos Santos Antola, Lorena

Palabras clave: Alimentación, Ejercicio, Descanso, Obesidad.

Área de Beca: Cs. De La Salud

Tipo Beca: Cyt - Iniciacion

Periodo: 01/03/2020 al 01/03/2022

Lugar de trabajo: Facultad De Medicina

Proyecto: (18I002) Abordaje de la obesidad infantil como un fenómeno complejo.

### **Resumen:**

**Introducción:** La malnutrición por exceso se define como una acumulación anormal o excesiva de grasa para el valor esperado según el sexo, talla y edad; constituye una enfermedad crónica, compleja y multifactorial que se puede prevenir, e incluye el sobrepeso y la obesidad. Esta situación, se ha transformado en un importante problema de salud pública, ya que alcanza caracteres de epidemia a nivel mundial, afectando cada vez más a escolares y adolescentes y a niveles socioeconómicos bajos. **Objetivo:** describir el estilo de vida de niños y niñas en etapa escolar con sobrepeso u obesidad asistidos en instituciones del primer nivel de atención. **Materiales y métodos:** Estudio descriptivo, observacional y transversal. Se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Las variables en estudio se agruparon en sociodemográficas; características antropométricas y estilo de vida. La recolección de datos incluyó encuesta a tutores, control antropométrico y valoración nutricional de niños y niñas. Los datos fueron sometidos al análisis estadístico. Se respetaron principios éticos universales, derechos del niño, voluntariedad y anonimato en la información recolectada. Se contó con aval del Comité de Ética en Investigación. **Resultados:** Se analizaron 43 encuestas. En las variables sociodemográficas la media de edad fue 7,5 años. En sexo, el 60,5% correspondió al masculino. Los datos antropométricos mostraron peso medio de 34,6 kg, talla promedio de 128,5 cm; IMC promedio de 20,9. En patrón alimentario se indagó sobre hábitos y frecuencia de alimentos. En este sentido, 65,1% de los infantes tenían horarios fijos de comidas, el 65,1% realizaba las cuatro comidas diarias y 95,3% además comía entre horarios. Por otro lado, 83,8% usaba pantallas mientras se alimentaba. Sobre almuerzo y cena en la última semana, el 100% los habían realizado en sus casas, aunque en ciertas situaciones la comida provenía de quioscos (53,5%). En consumo de los diferentes alimentos, se observó que en la última semana el 39,5% consumieron lácteos entre 3-4 veces; el 60,4% consumió carne vacuna entre 1-2 veces. Los vegetales fueron aportados entre 5-7 veces en el 27,9%; mientras que nunca incorporaron pescado el 65,1% ni huevos el 53,5%. En el caso de embutidos (53,4%) y pizzas/hamburguesas (58,1%) se consumió entre 1-2 veces en la semana; las golosinas (60,4%) fueron parte de la alimentación de 3-4 veces en la semana. Sobre la actividad física, el 30,2% no realizaban actividad física al aire libre. En cuanto al tiempo frente a pantallas, 41,9% pasaba más de cuatro horas por día. Respecto al descanso y sueño, el 41,9% dormían por noche más de ocho horas; el 55,8% no presentaba problemas para dormir y 44,2% solo a veces padecía esta situación. Por otro lado, el 81,4% se despertaba algunas veces cansado y con sensación de no dormir suficiente. **Discusión:** Si bien los infantes realizan las cuatro comidas, un elevado porcentaje suelen comer entre hora y utilizan algún tipo de pantalla durante la alimentación, hábitos considerados negativos para el estado nutricional del niño. Agobian y col remarcan que comer frente a pantallas predispone a elegir alimentos procesados, fáciles y rápidos de digerir, pero menos saludables. Sobre la actividad física, 3 de cada 10 infantes no la realizan, a lo que se suma las horas promedio frente a pantallas, con 4 de cada 10 que superan las cuatro horas diarias; ambas situaciones predisponen a problemas de salud relacionados al exceso de peso. En relación al sedentarismo y las horas de actividad física, los niños que reportan menos de una hora de actividad física al día presentan malnutrición por exceso, datos similares a los establecidos por Granado en 2008, donde identifica que aquellos niños diagnosticados con obesidad la mayoría tiene baja actividad física. Respecto al descanso y sueño, solo 41,9% de los niños duermen cada noche más de ocho horas; en dificultad de conciliar el sueño, 44,2% padece a veces esta situación y 81,4% se despierta cansado y con sensación de no dormir suficiente. En este aspecto, los niños con peso normal o bajo peso tienen mejores hábitos de sueño que aquellos con sobrepeso u obesidad, lo que puede estar vinculado con lo que señala Cardenas, que afirma que menos horas de sueño por la noche, mayor apetito y menor deseo de realizar actividad física se acompañan con el tiempo de mayor obesidad.