

Sobrepeso y obesidad

- El riesgo de sobrepeso u obesidad es de 2 a 3 veces mayor que en la población general y aumenta con la edad, tanto en los niños como en los adultos; el riesgo es más importante en las mujeres que en los hombres.
- Existen dos periodos críticos: el periodo de rebote adiposo, más precoz (niñas: 3 años; niños: 5 años) que en la población general (6 años), y el periodo peripuberal.
- En el caso de los niños, se recomienda utilizar las curvas del IMC de la población general para el diagnóstico y la prevención (OMS, CDC, IOTF), puesto que reflejan mejor el exceso de adiposidad.
- La importancia de diagnosticar y tratar: SAOS, hipotiroidismo, diabetes de tipo II, estenosis hepática no alcohólica y problemas ortopédicos.
- La importancia de prevenir: buenos hábitos alimenticios familiares y escolares, lucha contra el sedentarismo, fomento del deporte y la actividad física.