

Carta al editor

Obesidad infantil durante la pandemia por COVID-19: reto para el profesional de salud y la familia

Children obesity during the COVID-19 pandemic: a challenge for health professionals and the family

Diana Laura Molina Avilez^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-7315-5503>

Elizabeth Guzmán Ortiz¹ <http://orcid.org/0000-0002-4944-0600>

Rosa Jeuna Díaz Manchay² <https://orcid.org/0000-0002-2333-7963>

¹Universidad de Guanajuato, Departamento de Enfermería y Obstetricia. Celaya, México.

²Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Chiclayo, Perú.

*Autor para la correspondencia: lauramolina048@gmail.com

Recibido: 10/07/2021

Aceptado: 15/08/2021

Estimada Editora:

La obesidad infantil se considera un problema de salud pública por la creciente prevalencia e incidencia a nivel mundial, además de las repercusiones asociadas a enfermedades crónicas,

psicológicas y sociales, así como el alto riesgo de que este problema continúe durante la adolescencia y la edad adulta y⁽¹⁾ sea un factor causal de discrepancias económicas y de salud en todo el mundo, especialmente en los países de mayor vulnerabilidad.^(1,2) Dado que la obesidad infantil sigue siendo difícil de controlar, actualmente es un gran reto enfrentarnos a ella y el hecho de estar en confinamiento para prevenir contagios por el virus SARS-CoV-2 da paso a la combinación de dos pandemias que amenazan el estado de salud.

En este sentido, los niños necesitan del cuidado de la familia basados en las recomendaciones del profesional de salud, en particular enfermería y medicina, sin embargo, desde el inicio de la pandemia estas acciones de promoción y prevención se han restringido, ya que la atención se ha enfocado en los casos por COVID-19, por lo que se ha descuidado la promoción de los estilos de vida saludables, entre ellos, los hábitos que permiten disponer de alimentos beneficiosos, higiene, actividades de recreación o interacción social y otros aspectos, que coadyuvan al óptimo crecimiento y desarrollo infantil.

Si bien ante la pandemia por COVID-19 se realizaron medidas preventivas en la población general, el confinamiento y el traslado de actividades académicas presenciales hacia la modalidad virtual ha expuesto a los niños a pasar más tiempo frente a dispositivos electrónicos, disminuir la actividad física, aburrirse en mayor frecuencia o tener una alimentación inadecuada.^(3,4) En consecuencia, esto favorece la obesidad infantil con el riesgo inherente a desarrollar enfermedades a corto y largo plazo que conllevan a discapacidad o muerte prematura.⁽¹⁾

Por ello, organismos internacionales intensificaron sus pautas de promoción de los estilos de vida saludables de forma individual y colectiva, mediante actividades con apoyo de dispositivos electrónicos para su ejecución en modalidad virtual.⁽⁵⁾

Esta modalidad es un reto para el profesional de salud y la sociedad, porque demuestra que no todos poseen las estrategias y habilidades para afrontarlo, es así que podemos cuestionarnos cuáles han sido los retos para que el profesional de salud continúe con los programas de prevención y promoción contra la obesidad infantil durante el confinamiento. Desde nuestra perspectiva como profesionales de enfermería y conforme a la experiencia en atención primaria de salud centrada en población urbana, se asume que los retos han sido:

- Programas diseñados e implementados en modalidad presencial.
- Falta de conocimiento sobre técnicas de divulgación y uso de herramientas digitales para la promoción de los estilos de vida saludables en los niños.
- Concientizar a los padres sobre la importancia de la salud nutricional de los niños.
- Falta de formación en el uso de tecnologías para establecer el vínculo con la familia, así como el diseño de programas en modalidad virtual que motiven a realizar actividad física y mejorar la alimentación infantil.
- Creencias socioculturales de la familia sobre la salud del niño.

- Promoción de la adquisición de alimentos con mayor valor nutricional conforme a la disponibilidad económica familiar.
- Disminución del número de consultas para la evaluación del desarrollo infantil.
- Retorno lento a las actividades de prevención y promoción de los estilos de vida saludables en los niños.
- Falta de aplicación de estrategia y lineamientos internacionales para la prevención de obesidad infantil.
- Tiempo limitado en las consultas para realizar las actividades de prevención y promoción de los estilos de vida saludables en los niños.

Simultáneamente, se reflexiona acerca de cuáles han sido los retos de los padres de familia para llevar una alimentación saludable y actividad física con los hijos durante el confinamiento. Sobre estos puntos se argumenta lo siguiente acorde con la práctica habitual en los centros de atención primaria:

- Falta de involucramiento de los padres en el cuidado de la salud infantil.
- Incremento en la ingesta de alimentos no saludables.
- Realización de actividad física no acorde con los niños o involucrarlos en actividades destinadas para adultos.
- Establecimiento de horarios de comidas con gran variedad de nutrientes, combinar con rutinas de actividad física y programar actividades recreativas.
- Creatividad para que los alimentos sean agradables a la vista y de fácil consumo.
- Apoyo en aplicaciones móviles para realizar actividad física y motivar a los niños.
- Alteraciones en el estado emocional de los niños (ansiedad, depresión, tristeza, enojo).

Conforme a estas reflexiones y a pesar del miedo por el contagio, la incertidumbre o el desempleo a causa de la pandemia por COVID-19, el cuidado infantil recae completamente en los padres, específicamente la madre, quien es la principal responsable de la crianza y a su vez conoce las preferencias alimentarias del hijo, enfrenta el reto de adquirir los alimentos con mayor valor nutricional de acuerdo a la disponibilidad económica, además de ofrecerlos de modo que sean atractivos para el niño y establecer horarios para su ingesta.⁽⁶⁾ También una alternativa es organizar el tiempo y espacio para motivar a los niños a realizar actividad física, esto como pauta protectora ante la obesidad infantil.

En definitiva, la familia provee los cuidados esenciales al niño, sin embargo, el profesional de salud mediante las actividades preventivas y de promoción mejora sus destrezas y capacidades para el cuidado infantil frente a ambas pandemias. Esto conlleva no solo a identificar a lo que nos enfrentamos día a día durante la atención de la salud, sino también a las futuras áreas de oportunidad que muestran la obesidad infantil y la COVID-19 a fin de actuar de forma oportuna y limitar las consecuencias individuales, sin dejar de lado la posibilidad de indagar sobre otras alternativas que permitan realizar un abordaje integral de ambas problemáticas bajo el objetivo de alcanzar el bienestar del niño y la familia.

Referencias bibliográficas

1. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Estado Mundial de la Infancia 2019. Niños, alimentos y nutrición: crecer bien en un mundo en transformación. Nueva York: representación Unicef; 2019 [acceso 28/06/2021]. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>
2. Organización Mundial de la Salud. Informe de la comisión para acabar con la obesidad infantil. Geneva, Switzerland: OMS; 2016 [acceso 28/06/2021]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/206450/9789243510064_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Storz MA. The COVID-19 pandemic: an unprecedented tragedy in the battle against childhood obesity. Clin Exp Pediatr. 2020;63(12):477-82. DOI: <http://10.0.13.17/cep.2020.01081>
4. Nogueira de Almeida CA, Del Ciampo LA, Ferraz IS, Del Ciampo IRL, Contini AA, Ued F da V. COVID-19 and obesity in childhood and adolescence: a clinical review. J Pediatr (Rio J). 2020;96(5):546-58. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2020.07.001>
5. Organización Mundial de la Salud. Campañas mundiales de salud pública de la OMS Sanos en casa. Ginebra: OMS; 2020. [acceso 04/06/2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome>
6. Egaña Rojas D, Gálvez Espinoza P, Rodríguez Osiac L. La alimentación en tiempos de pandemia por COVID-19. Rev Chil Salud Pública; 2020;110-122. DOI: <https://doi:10.5354/0719-5281.2020.60391>

Conflictos de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.