



# INTERVENCIONES EDUCATIVAS PARA LA PREVENCIÓN DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES A NIVEL IBEROAMERICANO.

Estudiantes: Fernández Paloma , Igarza Cynthia , Pintos Carolina , Stáble Dayana.  
Tutora: Prof. Adj. Lic. Silvia Bentancor<sup>1\*</sup> Cotutora: Asistente. Lic. Rosina Salsamendi <sup>1</sup>  
Unidad del Nivel Profesional  
Escuela de Nutrición, Universidad de la Republica, Montevideo, Uruguay.  
<sup>1\*</sup>: sbentancor@nutricion.edu.uy

## INTRODUCCIÓN

A nivel mundial el sobrepeso y obesidad son considerados un grave problema de salud pública, que afecta a niños, niñas y adolescentes, comprometiendo su correcto desarrollo y calidad de vida.

Intervenir en la prevención de ésta problemática durante la etapa escolar y adolescente, es fundamental ya que son etapas claves para adquirir y consolidar estilos de vida saludables. Las escuelas y liceos podrían contribuir a la promoción de hábitos saludables, ya que son considerados espacios que construyen y forman acciones que favorecen la salud.

## OBJETIVO GENERAL

Conocer, mediante una revisión narrativa, las intervenciones que se han aplicado para prevenir sobrepeso y obesidad en centros educativos a nivel de primaria y secundaria en Iberoamérica.

## RESULTADOS

Dos de los 6 artículos fueron realizados en Brasil año 2017 y 2019, mientras que los otros restantes fueron en España 2019, México 2016, Ecuador 2017 y Colombia 2018.

Cuatro de los 6 artículos fueron dirigidos a niños y niñas y dos a adolescentes.

En un artículo la intervención fue destinada únicamente a actividad física, otro únicamente a Educación Alimentaria Nutricional y los otros cuatro restantes, integraron ambos componentes actividad física y Educación Alimentaria Nutricional.

Cuatro incluyeron padres /tutores en la intervención.

Un artículo realizó diagnóstico previo a la intervención.

Dos tuvieron una duración mayor a doce meses, dos duraron doce meses y dos tuvieron una duración menor a doce meses.

Ningún estudio realizó evaluación de impacto luego de la intervención.

Dos de los 6 artículos cumplieron con la totalidad de los objetivos propuestos y los otros cuatro cumplieron parcialmente.

## Resultados de los estudios incluidos

Participantes, edad, duración, y país	Tipo de intervenciones	Resultados de cada intervención	Alcance de objetivos
707 estudiantes de 9 a 11 años Duración: 24 meses España 2019	EAN y Actividad Física	-Hubo mejoras en la cantidad de horas de actividad física solo en niñas. -No hubo cambios en el consumo de frutas en niños. -Disminuyó el porcentaje de niñas que consumían alimentos ultra procesados. -Disminuyó las horas pantallas en niños.	Cumple parcialmente con los objetivos propuestos
1430 estudiantes de 12 a 14 años. *Se integraron padres. Duración: 28 meses Ecuador 2017	EAN	-El grupo intervención consumió menor cantidad de refrigerios poco saludables y azúcares. -Disminuyó la circunferencia de cintura en el grupo de intervención.	Cumple con los objetivos propuestos
120 estudiantes edad promedio 10.5 años *Se integraron padres. Duración: 10 semanas Colombia 2018	Actividad Física	-Hubo un aumento significativo en la media de actividad física. -No se observó efecto significativo en el IMC en ninguno de los tres grupos evaluados, frente a grupo control. -Los factores ambientales de seguridad y de tiempo fueron un obstáculo en la participación de los integrantes	Cumple parcialmente con los objetivos propuestos
407 estudiantes edad promedio 8 años *Se integraron padres Duración: 12 meses México 2016	EAN y Actividad Física	-El IMC del grupo de intervención disminuyó. -La intervención contribuyó a mantener el IMC de niños y niñas con peso normal -Disminuyó IMC en niños con obesidad.	Cumple con los objetivos propuestos
79 estudiantes de 7 a 11 años *Se integraron padres Duración: 8 meses Brasil 2017	EAN y Actividad Física	-Las actividades lúdicas fueron eficaces para aumentar los puntajes de actividad física y el conocimiento sobre hábitos saludables. -Hubo reducción en el IMC en el grupo de intervención, pero no hubo diferencia significativa entre los dos grupos después de la intervención.	Cumple parcialmente con los objetivos propuestos
895 estudiantes con edad media de 14,5 años Duración: 12 meses Brasil 2019	EAN y Actividad Física	-No hubo diferencia en los parámetros antropométricos observados. -Se redujo el consumo de galletas, caramelos y leche en el grupo de intervención. -Hubo una reducción en el consumo de refresco, con mayor expresividad en el grupo de intervención.	Cumple parcialmente con los objetivos propuestos

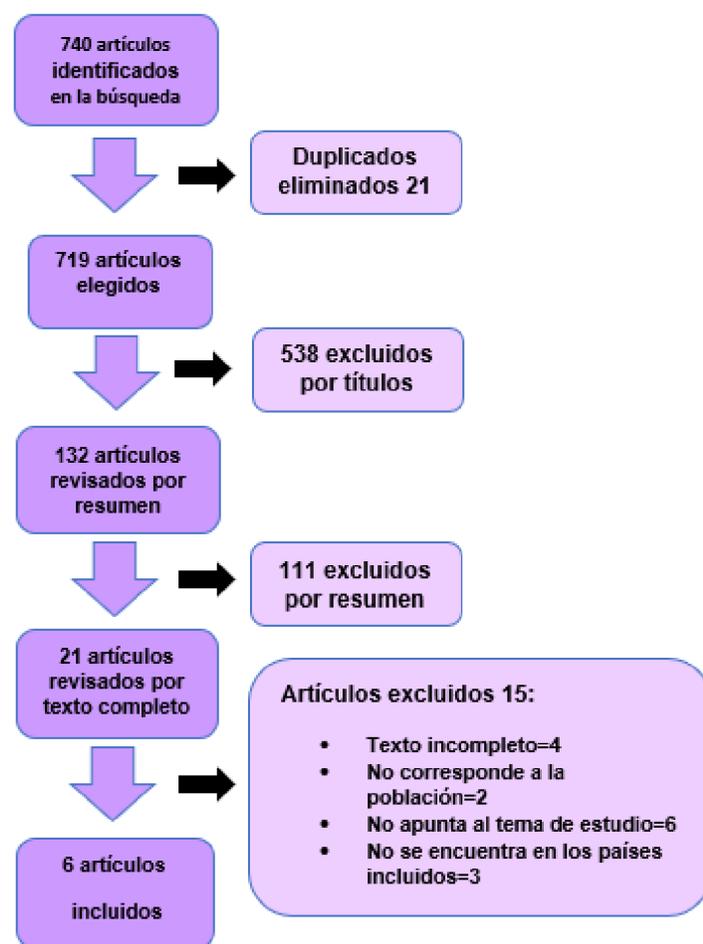
## METODOLOGÍA

Se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos: Medline y Scielo con las siguientes palabras claves: INTERVENCION O PROGRAMAS Y PREVENCIÓN Y SOBREPESO O OBESIDAD Y ESCUELAS.

Para la selección de artículos se conformaron 2 subgrupos de investigadores, los cuales trabajaron de forma paralela e independiente en cada una de las etapas de selección. Al finalizar cada una de estas, se realiza una puesta en común para definir los artículos que formaron parte de la revisión.

Se seleccionaron estudios experimentales, publicados entre los años 2015 y 2020, aplicados en centros educativos dirigidos a niños, niñas y adolescentes entre 6 y 19 años de edad a nivel de Iberoamérica en los idiomas español, portugués e inglés.

## Proceso de selección de artículos



## CONCLUSIONES

La mayoría de las intervenciones fueron dirigidas a la población escolar con respecto a la adolescente.

El involucramiento de los padres y/o responsables fue una estrategia fundamental para contribuir, en la mejora de hábitos alimentarios.

El tiempo de duración de las intervenciones fue un factor determinante en la eficacia de las mismas.

Las intervenciones mixtas las cuales combinan Educación Alimentaria Nutricional y actividad física, fueron las más utilizadas en los últimos años.

Es necesario la realización de un diagnóstico de la situación en la que se va a intervenir, previo al diseño de las intervenciones, para garantizar que las mismas se adecuen a las necesidades y problemáticas de la población destinataria.