

ORIGINAL

LA PERCEPCIÓN DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD INFANTIL
POR PARTE DE LOS PROGENITORES

Amelia Rodríguez Martín (1), José P Novalbos Ruiz (1), Sergio Villagran Pérez (2), José M Martínez Nieto (1) y José L Lechuga Campoy (2).

(1) Medicina Preventiva, Salud Pública y Comunitaria. Universidad de Cádiz

(2) Hospital Universitario Puerta del Mar (Cádiz). Servicio Andaluz de Salud.

RESUMEN

Fundamento: Con frecuencia los padres no perciben la sobrecarga ponderal de sus hijos. El objetivo de este trabajo es estudiar con qué frecuencia se produce este hecho y si esta percepción se asocia a diferencias en hábitos alimentarios, actividad física y sedentarismo de sus hijos.

Métodos: Estudio transversal de 1.620 niños de 3 a 16 años seleccionados en un muestreo por conglomerados (2008-2010). 454 presentaron sobrecarga ponderal. Se estudiaron sus características antropométricas, hábitos alimentarios, actividad física (adaptación cuestionarios Cindi/Maraton) y sedentarismo. Analizamos las diferencias con niños con normopeso, sobrecarga ponderal percibida y no percibida (χ^2 y Anova).

Resultados: Los padres percibieron el 34,7% del sobrepeso y un 72,3% de obesidad en sus hijos varones, y un 10,8% y 53,8% respectivamente en las hijas. Los padres y madres obesos identifican un 54,5% y el 57,7% de los casos de sobrecarga ponderal de varones, frente al 23,8% y 27,8% en niñas. La percepción del exceso de peso se asocia a la cualificación profesional del padre (47%) y a la de ser ama de casa en las mujeres (40%). La percepción coincidió con mayor cumplimiento de recomendaciones de actividad física en los hijos (67,5 vs. 77,3%) e hijas (47,5% vs 55,6%) más jóvenes, menor sedentarismo en éstas (42,6% vs. 38,9%), y discretas diferencias por sexo y edad en los hábitos alimentarios.

Conclusiones: Un porcentaje significativo de casos con sobrecarga ponderal infantil no es percibida por sus padres debiéndose estudiar sus causas y por qué esta percepción parental no determina diferencias en alimentación, actividad física y sedentarismo de sus hijos.

Palabras clave: Sobrepeso. Obesidad. Trastornos de la nutrición del niño. Relaciones padres-hijo. Estilos de vida.

Correspondencia

Amelia Rodríguez Martín.

Facultad de Enfermería y Fisioterapia.

Avda. Ana de Viya 52. 11009 Cádiz

amelia.rodriguez@uca.es

ABSTRACT

Parents' Perception of Childhood Overweight and Obesity and Eating Behaviors, Physical Activity and Sedentary Lifestyle of Their Children. Spain

Background: Parents often do not perceive their children's excess weight, and therefore not modified their lifestyles. We study how often this actually occurs and whether this perception is associated with differences in dietary habits, physical activity and sedentary in children.

Methods: Cross-sectional study of 1620 children aged 3-16 years selected by multi-stage sampling (2008-2010) of which 454 children had excess weight. We studied family anthropometric characteristics, dietary habits, physical activity (adapted questionnaires Cindi/Marathon), and sedentary lifestyle. We analyze the differences in children with normal weight, unperceived and perceived excess weight (χ^2 test and ANOVA).

Results: Parents receive 34.7% of overweight cases and 72.3% obesity cases of their sons, and a 10.8% and 53.8% respectively in daughters. Obese parents recognize a 54.5% and 57.7% of cases of excess weight in sons, compared to 23.8% and 27.8% in daughters. Perception of excess weight was associated with the professional qualifications of the father (47%) and be a housewife (40%). Excess weight parents' perception coincided with more compliance with physical activity recommendations in younger's sons (67.5% vs. 77.3%) and daughters (47.5% vs. 55.6%), and a lower frequency of sedentary in 3-9 years girls (42.6% vs. 38.9%). According to parents' excess weight perception we found slight differences in dietary by gender and age group of children.

Conclusions: A significant percentage of children's excess weight is not perceived by the parents, being due to study the causes and why parent's perception does not determine differences in dietary habits, physical activity and sedentary habits in their children.

Key words: Overweight. Obesity. Child Nutrition Disorders. Parent-Child relation. Life Style

INTRODUCCIÓN

La elevada prevalencia de sobrepeso y obesidad en los niños españoles, cercana al 12,4% y 13,9% respectivamente (lo que supone un 26,3 % de sobrecarga ponderal), constituye en la actualidad uno de los principales problemas de salud pública del país, alcanzando niveles superiores a los encontrados en otros países desarrollados¹⁻⁴.

El excesivo consumo de alimentos de alta densidad energética, ricos en grasas saturadas, azúcar y sal, la falta de actividad física y el incremento de actividades sedentarias, representan en la actualidad los estilos de vida de gran parte de la población infantil⁵⁻⁷. Este desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético sostenido por períodos prolongados de tiempo, ha sido reconocido internacionalmente como la principal causa de la elevada y creciente prevalencia de obesidad.

Otro de los posibles factores implicados en la obesidad infantil es la percepción parental inadecuada del estado nutricional de los hijos, que oscila entre un 10,5-79% según diferentes autores⁸. Tanto la percepción de los niños, cuando son más mayores, como la percepción de los padres cuando son más pequeños⁹ es considerada actualmente el aspecto que presenta una mayor relación con los cambios de conducta relacionados con los factores de riesgo de obesidad¹⁰, de ahí la importancia de su identificación.

La asociación entre la obesidad infantil y los factores de riesgo de enfermedades crónicas, su persistencia en la edad adulta y el escaso éxito en su tratamiento^{11,12} han llevado a los organismos internacionales a plantear a los gobiernos la necesidad de prevenir el problema con medidas que promuevan una alimentación saludable y actividad física en los niños, involucrando especialmente a los padres, educadores,

sanitarios, industria de alimentos y medios de comunicación, en el marco de una adecuada regulación^{13,14}.

En la actualidad se enfatiza la necesidad de utilizar modelos educativos cuando se diseñan y realizan intervenciones orientadas a lograr cambios de conducta que contribuyan a prevenir y controlar la obesidad y otras enfermedades crónicas. Todos ellos plantean cómo es esencial explorar las percepciones, expectativas y conductas¹⁵, en este caso de los padres o tutores, ya que serán éstos los que influyan de manera decisiva en la adopción de hábitos y conductas saludables en sus hijos con sobrepeso u obesidad. No obstante, un aspecto poco estudiado en la “epidemia de sobrepeso” es la aceptación por parte de los padres del sobrepeso en las etapas infantiles, ya que frecuentemente en nuestro modelo cultural se confunde sobrepeso con “salud”. Esta aceptación puede condicionar una alteración en la percepción y, por tanto, la ausencia de modificaciones en la actividad física o en los patrones alimentarios que están en la base del sobrepeso del niño^{16,17}.

El objetivo de este trabajo es conocer la percepción de los padres respecto al estado nutricional de sus hijos durante las edades comprendidas entre los 3 y 16 años, estudiando su relación con factores que inciden en un mayor riesgo de obesidad en los niños, tales como hábitos alimentarios, actividad física y sedentarismo.

SUJETOS Y MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional descriptivo transversal de base poblacional sobre población infanto-juvenil entre los 3 y los 16 años, escolarizada en la ciudad de Cádiz, en 2009-10. Esta población, según los datos de la Delegación Provincial de Educación estaba constituida por 14.332 sujetos.

