

## Medidas de prevención y control contra la obesidad infantil

### Prevention and control measures against childhood obesity

Kevin Minchola-Castañeda<sup>1\*</sup> y Renzzo Mozo-Marquina<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Grupo de Investigación Crecimiento Desarrollo y Nutrición; <sup>2</sup>Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú

Hemos leído con total interés el estudio realizado por Flores-Ramírez *et al.*,<sup>1</sup> en el cual evaluaron diferentes indicadores metabólicos y un receptor celular como marcadores de riesgo cardiovascular en niños con obesidad. Ante la gran problemática que representa la obesidad infantil, hemos considerado algunas medidas para prevenir y controlar esta condición. Entre ellas:

- Promoción de una dieta saludable y equilibrada: se debe fomentar el consumo de verduras, frutas, cereales integrales y proteínas magras, así como a su vez evitar el consumo en exceso de alimentos ricos en grasas y azúcares.<sup>2</sup>
- Estimulación de la actividad física: se debe alentar a los niños a participar en actividades físicas como deportes o juegos al aire libre, por lo menos 60 minutos al día.<sup>3</sup>
- Limitación del tiempo de uso de equipos electrónicos: se debe reducir el tiempo que los niños pasan frente a pantallas, lo que aumentaría el tiempo disponible para la actividad física y disminuiría el sedentarismo.<sup>2</sup>
- Fomento de un entorno favorable: se debe crear un ambiente saludable en casa y en la escuela, en el cual se promueva la actividad física y se ofrezcan opciones de alimentación saludables.<sup>2</sup>

En conclusión, la prevención y control de la obesidad infantil requieren un esfuerzo conjunto de la sociedad, en el que se involucren padres, profesores, profesionales de la salud e, incluso, políticos en funciones. La implementación de estas medidas podría ayudar a reducir el riesgo de obesidad, mejorar la salud infantil y reducir el riesgo de enfermedades crónicas en la edad adulta.

### Financiamiento

Los autores declaran que no hubo financiamiento.

### Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

### Responsabilidades éticas

**Protección de personas y animales.** Los autores declaran que para este escrito no se realizaron experimentos en seres humanos ni en animales.

**Confidencialidad de los datos.** Los autores declaran que en este escrito no aparecen datos de pacientes.

**Derecho a la privacidad y consentimiento informado.** Los autores declaran que en este escrito no aparecen datos de pacientes.

**Uso de inteligencia artificial para generar textos.** Los autores declaran que no utilizaron ningún tipo de inteligencia artificial generativa en la redacción de este manuscrito ni para la creación de figuras, gráficos, tablas o sus correspondientes pies o leyendas.

### Bibliografía

1. Flores-Ramírez A, Ibarra-Reynoso L, Garay-Sevilla M. Receptor soluble para productos finales de glicación avanzada y perfil lipídico como marcadores de riesgo cardiovascular en niños con obesidad. *Gac Med Mex.* 2023;159(1):10-6. Disponible en: <https://doi.org/10.24875/gmm.22000200>
2. Denova-Gutiérrez E, González-Rocha A, Méndez-Sánchez L, Araiza-Nava B, Balderas N, López G, et al. Overview of systematic reviews of health interventions for the prevention and treatment of overweight and obesity in children. *Nutrients.* 2023;15(3):773. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/nu15030773>
3. Di Maglie A, Marsigliante S, My G, Colazzo S, Muscella A. Effects of a physical activity intervention on schoolchildren fitness. *Physiol Rep.* 2022;10(2):e15115. Disponible en: <https://doi.org/10.14814/phy2.15115>

### \*Correspondencia:

Kevin Minchola-Castañeda

E-mail: [kminchola@unitru.edu.pe](mailto:kminchola@unitru.edu.pe)

0016-3813/© 2023 Academia Nacional de Medicina de México, A.C. Publicado por Permanyer. Este es un artículo *open access* bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Fecha de recepción: 22-04-2023

Fecha de aceptación: 03-05-2023

DOI: 10.24875/GMM.23000156

*Gac Med Mex.* 2023;159:369-369

Disponible en PubMed

[www.gacetamedicademexico.com](http://www.gacetamedicademexico.com)