

Límites entre la consulta y la comunidad en el abordaje del sobrepeso y la obesidad en los niños

La epidemia de obesidad y las consecuencias sanitarias relacionadas con ella constituyen una creciente preocupación de los estadounidenses. Como indican Whitlock et al¹ en otro lugar de este número, los profesionales tienen asignado un papel importante en el abordaje del sobrepeso y la obesidad en los niños, aunque el jurado científico todavía no ha designado los abordajes de mayor éxito.

Ante una importante preocupación sanitaria y la limitada evidencia de intervenciones eficaces que puedan administrarse en los marcos clínicos, los profesionales se sienten impelidos a pasar a la acción. Pueden optar por implantar estrategias clínicas, con la esperanza de que sean eficaces o de que las recomendaciones de los clínicos puedan ayudar a motivar el cambio individual del comportamiento. Sean cuales sean los beneficios derivados de los abordajes clínicos, los profesionales que trabajan individualmente con los pacientes no pueden abordar por sí solos esta epidemia.

Las intervenciones poblacionales sobre familias, escuelas y comunidades, eficaces en el abordaje de la nutrición, la actividad física, la obesidad o una combinación de estos aspectos, han sido infrautilizadas y podrían ser canalizadas hacia este problema de salud pública. Como máxima autoridad en la salud de los niños de sus comunidades, los pediatras desempeñan un papel dirigente singular para acrecentar el reconocimiento del sobrepeso como problema sanitario importante y para comunicar estrategias sensatas, basadas en la evidencia, para la reducción del sobrepeso y la identificación de abordajes prometedores que merezcan mayor estudio. Están en situación ideal para promover alianzas clínicas y comunitarias que aborden estos temas.

Los pediatras y demás personas que quieran identificar “lo que funciona” para reducir el sobrepeso y la obesidad mediante las familias, las escuelas y las comunidades pueden consultar la *Guide to Community Preventive Services (Community Guide)*^{1,2}, el complemento de salud comunitaria esencial de la *Guide to Clinical Preventive Services*. La *Community Guide* ofrece un recurso de la prevención poblacional útil y su coste en una amplia gama de temas. Las recomendaciones se basan en meticulosas revisiones sistemáticas de la bibliografía de cada tema específico y han sido confeccionadas por un grupo de expertos independientes, no federales, en salud pública. En la tabla 1 se muestran los hallazgos ya realizados, y los previsibles en un futuro próximo, acerca de las estrategias poblacionales para mejorar la nutrición, favorecer la actividad física y abordar el sobrepeso y la obesidad en los niños y los adultos.

Como indica esta tabla, este conjunto de hallazgos está en continua actualización y expansión.

La *Community Guide* ofrece evidencia que puede ayudar a las organizaciones a realizar buenas opciones de salud comunitaria entre las disponibles. No obstante, esta información, sobre la que han trabajado otros autores, debe ser complementada por el conocimiento local de las comunidades y los sistemas de asistencia sanitaria, como los tipos de intervención factibles y aceptables en distintos marcos; las alianzas cruciales con organizaciones gubernamentales, comunitarias, comerciales y de voluntariado necesarias para desarrollar e implantar estrategias eficaces, y las necesidades de subpoblaciones específicas.

Los pediatras constituyen una poderosa fuerza de este conocimiento local y deben usarla conjuntamente con la mejor ciencia disponible en la actualidad, para implantar los cambios dirigidos a afrontar la epidemia de obesidad.

Muchas intervenciones poblacionales eficaces (p. ej., programas individualizados de cambio del comportamiento de salud o intervenciones de apoyo social en el marco comunitario para aumentar la actividad física) pueden depender de la identificación y el traslado de los pacientes que puedan beneficiarse de ellas. Los pediatras ocupan una posición singular para identificar a los niños y los adolescentes que pueden beneficiarse de intervenciones comunitarias, aunque la eficacia del traslado para incluir a los niños en programas eficaces necesita mayor estudio. Sin embargo, estos programas pueden, en principio, ofrecer amplia experiencia y soporte continuo, difíciles de conseguir en una consulta profesional atareada.

Además, muchos pediatras mantienen fuertes lazos con las escuelas locales y pueden ocupar una posición ideal para alentar y asesorar a las escuelas para favorecer sus programas educativos; para defender la disponibilidad de alimentos y bebidas saludables en las cafeterías, las máquinas expendedoras y los comercios del área; para promover la educación física como parte regular del currículo; para alentar la creación de ambientes que favorezcan la actividad física y para facilitar asociaciones entre los programas escolares y esfuerzos comunitarios más amplios.

Los pediatras también pueden abordar el sobrepeso y la obesidad en la comunidad por otros medios, como el trabajo con los medios de comunicación locales, que suelen agradecer los mensajes de los dirigentes sanitarios de la comunidad. Los pediatras, en su papel de dirigentes comunitarios, pueden defender y trabajar con los

TABLA 1. Recomendaciones de la Guide to Community Preventive Services (enero de 2005) relevantes para reducir la obesidad en los niños

Intervenciones	Hallazgo
I. Recomendaciones para favorecer la actividad física³ Abordajes informativos para aumentar la actividad física Campañas comunitarias Llamadas "a la decisión" Educación sanitaria en clase centrada en la provisión de información Campañas en los medios de comunicación Abordajes sociales y del comportamiento para aumentar la actividad física Cambio individualizado del comportamiento sanitario Educación física escolar Apoyo social no familiar Educación sanitaria con un componente de restricción de TV/videojuegos Educación física y sanitaria en el bachillerato Apoyo social basado en la familia Abordajes ambientales y de pautas para aumentar la actividad física Creación y/o facilidad de acceso a lugares para la actividad física, combinadas con actividades informativas al aire libre Pautas y prácticas de transporte Diseño urbano comunitario y abordajes de empleo de la tierra Diseño urbano de calle y abordajes de empleo de la tierra	Recomendadas (evidencia potente) Recomendadas (evidencia suficiente) Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Recomendado (evidencia potente) Recomendada (evidencia potente) Recomendado (evidencia potente) Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Recomendadas (evidencia potente) Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Recomendado (evidencia suficiente) Recomendado (evidencia suficiente)
II. Recomendaciones para favorecer la nutrición saludable¹ Programas escolares multifactoriales de nutrición Abordajes comunitarios para aumentar la ingestión de frutas y verduras Anuncios de alimentos y bebidas para niños	Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Pendiente (revisión en realización) Pendiente (revisión en realización)
III. Recomendaciones para reducir la obesidad¹ Intervenciones para controlar el sobrepeso y la obesidad en marcos escolares Intervenciones polifacéticas que utilicen la nutrición y la actividad física para controlar el sobrepeso y la obesidad en el marco laboral Intervenciones para controlar el sobrepeso y la obesidad en el marco de sistemas de asistencia sanitaria Intervenciones para controlar el sobrepeso y la obesidad en marcos comunitarios	Evidencia insuficiente para determinar la eficacia Recomendadas (evidencia suficiente) Pendiente (revisión actualizada en realización) Pendiente (revisión actualizada en realización)

legisladores para aumentar la accesibilidad a comunidades de actividad lúdica mediante la adecuada selección de zonas, construcción de caminos, lugares para el paseo y sitios para jugar con seguridad. Las intervenciones sencillas pueden ser eficaces, aunque con frecuencia será necesario contar con programas polifacéticos, que precisen de la coordinación de programas sanitarios estatales y locales, actividades comerciales, medios de comunicación, escuelas y otros grupos, en los que la potente dirección de los profesionales sanitarios puede ser beneficiosa.

Evidentemente, existen oportunidades para incidir sobre la epidemia de obesidad con armas eficaces a nuestra disposición, y debemos implantarlas. Al mismo tiempo, reconocemos la escasez de información sobre la eficacia de muchas intervenciones clínicas y comunitarias prometedoras. Cuando se implanten programas innovadores, pero no demostrados, deben realizarse rigurosas evaluaciones para llenar las lagunas cruciales de la información. Finalmente, los pediatras pueden constituir una voz importante para ayudar a garantizar los recursos adicionales seguros para la investigación sostenida sobre la nutrición, la actividad física y el tratamiento del sobrepeso a fin de llenar estas lagunas esenciales.

Las intervenciones clínicas y poblacionales que abordan el sobrepeso y la obesidad mediante intervenciones sobre el comportamiento que alienten la alimentación saludable y la actividad física deben reforzarse mutuamente. Como se indica en este artículo, los pediatras se encuentran en una posición singular para garantizar la

disponibilidad de intervenciones clínicas y comunitarias demostradas que aseguren la salud de sus pacientes.

STEVEN M. TEUSCH^a, MD, MPH, Y PETER A. BRISS^b, MD, MPH
^aOutcomes Research and Management.
 Merck & Company, Inc.
 West Point, PA 19486-0004.

^bCommunity Guide Branch.
 Centers for Disease Control and Prevention
 Atlanta, GA 30341.

BIBLIOGRAFÍA

- Whitlock EP, Williams SB, Gold R, Smith PR, Shipman SA. Screening and interventions for childhood overweight: a summary of evidence for the US Preventive Services Task Force. *Pediatrics*. 2005;116. Disponible en: www.pediatrics.org/cgi/content/full/peds.2005-0305
- The Guide to Community Preventive Services. Disponible en: www.thecommunityguide.org. Consultado May 19 de 2005.
- Task Force on Community Preventive Services. The Guide to Community Preventive Services. En: Zaza S, Briss PA, Harris KW, editors. What works to promote health. New York: Oxford University Press; 2005 [citado 19 de mayo de 2005]. Disponible en: thecommunityguide.org/pubs
- United States Preventive Services Task Force. Guide to Clinical Preventive Services [citado 19 de mayo de 2005]. Disponible en: www.preventiveservices.ahrq.gov
- Centers for Disease Control and Prevention. Increasing physical activity. A report on recommendations of the Task Force on Community Preventive Services. *MMWR Recomm Rep*. 2001;50:1-14.