



Enfermería Clínica



0 - ENFERMERÍA DE PRÁCTICA AVANZADA: INTERVENCIÓN EDUCATIVA A TRAVÉS DEL JUEGO EN LA OBESIDAD INFANTIL

Raquel Martínez Navarro¹, Concepción Fernández Moreno^{1,2} y Silvia Fernández Sánchez¹

¹Diplomada Universitaria en Enfermería. ²Fisioterapeuta. Centro de Salud de Baza. Granada.
Correo electrónico: rmartineznavarro@hotmail.com

Resumen

Introducción: La obesidad es una enfermedad crónica, multifactorial, que suele iniciarse en la infancia, con origen genético y conductual; su prevalencia se ha duplicado en los últimos 20 años, por lo que la OMS la califica de epidemia mundial del siglo XXI.

Objetivos: Mejorar los hábitos higiénico-dietéticos y actividad física del niño a través de talleres educativos basados en el juego.

Métodos: Estudio cuasi-experimental con grupo control (GC) y toma de datos pre y post tratamiento realizado de enero a junio de 2015. Población: niños con obesidad del municipio de Baza (Granada). Muestra: 100 niños de 8-13 años, con obesidad grado I y II. Intervención: se asignaron aleatoriamente 50 niños al grupo experimental (GE), formando 3 grupos de 16-17 niños. Durante 2 meses se les realizaron talleres a base de juegos demostrativos con frutas y verduras de plástico, aporte calórico, necesidades diarias y ejercicio físico. Los 50 niños del GC fueron vistos en consulta de enfermería individualmente cada 45 días, durante 15 minutos, se intervino en ellos mediante la anamnesis y exposición del problema de salud, se les explicó todo igualmente pero sin juegos.

Resultados: Tras 6 meses, el 80% de los niños del GE han disminuido su peso corporal entre 4 y 5 kilos, en casa indican a los padres las veces que deben comer de cada alimento, van al colegio andando, y suben y bajan escaleras. Los niños del GC mantuvieron su peso o perdieron únicamente 1 kilo.

Conclusiones: La terapia educativa basada en el juego en un contexto grupal, proporciona a los niños estrategias y habilidades para adoptar nuevos hábitos que fomentan un estilo de vida más saludable en relación con la obesidad.

Palabras clave: Ejercicio físico. Entrevista motivacional. Estilo de vida sedentario. Juegos experimentales. Obesidad infantil.