

## Obesidad y sobrepeso en niños y adolescentes: la puerta para el síndrome metabólico

### *Obesity and overweight in children and adolescents: the door to metabolic syndrome*

Ingrid Cerna-Solis<sup>1a</sup>

**Señor Editor.** El síndrome metabólico es una enfermedad que ha incrementado su prevalencia en todos los estratos etarios a nivel mundial; incluso en la población infanto-juvenil, las cifras de casos en esta población ha aumentado de forma alarmante en los últimos años. Para este síndrome en poblaciones infanto juveniles no existe un consenso para diagnosticarlo, razón por la cual se utilizan los criterios del fenotipo del adulto, lo cual ocasiona que las prevalencias reportadas varíen ampliamente. Actualmente, el único factor de riesgo que parece ser universalmente aceptado es el incremento de peso corporal que conlleva a obesidad abdominal, y ésta es considerada como detonante en la aparición tanto del síndrome metabólico como de otras enfermedades crónicas, generando un gran impacto sobre la morbi-mortalidad, la calidad de vida y el gasto sanitario <sup>(1,2)</sup>.

La obesidad y el sobrepeso constituyen el factor de riesgo que condiciona tempranamente a una resistencia insulínica y por ende de los niveles circundantes de glucosa al incremento en los niveles de triglicéridos y disminución del HDL-C, aumento de la presión arterial e inclusive a la presencia precoz de lesiones ateroscleróticas en las arterias coronarias <sup>(3)</sup>.

En Costa Rica según el último Censo Escolar Peso-Talla, llevado a cabo durante el 2016 en escuelas públicas y privadas de todo el país, mostró que el aumento del sobrepeso y obesidad en el país ha sido progresivo y pasó de un 21% en el 2008, según la Encuesta Nacional de Nutrición, a un 34% en este censo, y esto sin mostrar diferencias significativas entre la zona urbana y rural. Por otro lado, los números también denotan que el incremento de peso inicia a los 8 años, y muestra prevalencias más altas, entre los 9-11 años, y estos números aumentan conforme avanza la edad <sup>(4)</sup>.

Si se considera, como se mencionó anteriormente, que el sobrepeso y la obesidad son un factor determinante para la aparición de síndrome metabólico y que en Costa Rica estos valores van en aumento, si esta tendencia continua, es posible que el país en 10 o 15 años, requiera hacer una alta inversión para el tratamiento del síndrome metabólico, para prevenir esto, se deben definir políticas públicas y estrategias intersectoriales que permitan detener el aumento de la obesidad infantil, las mismas deben ir dirigidas a la mejora en prácticas alimentarias y de estilos de vida saludables<sup>(5)</sup>.

1. Escuela de Nutrición, Universidad Hispanoamericana San José, Costa Rica
- a. Licenciada en Nutrición

Recibido: 16-08-2019

Aceptado: 28-09-2019

**Citar como:** Cerna-Solis I. Obesidad y sobrepeso en niños y adolescentes: la puerta para el síndrome metabólico. Rev Hisp Cienc Salud. 2019; 5(3):121-122

Las políticas de salud deben enfocarse en la prevención de la adquisición de factores riesgo, deben fomentar la práctica de actividad física y una alimentación balanceada desde edades tempranas, estas acciones, podrían ser garantía de una población joven y adulta sana, que adquirió estilos de vida saludable desde la niñez. Estos énfasis en las políticas podrán ayudar a que en el futuro la salud pública pueda invertir más recursos en la prevención de enfermedades y no en el tratamiento de éstas.

### Financiamiento

Autofinanciado

### Conflictos de Interés

El autor niega tener conflictos de interés

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ruano Nieto C, Melo Pérez D, Mogrovejo Freire L, De Paula Morales K, Espinoza Romero C. Prevalencia de síndrome metabólico y factores de riesgo asociados en jóvenes universitarios ecuatorianos. *Nutr Hosp.* 2015; 31(4):1574-1581.
2. Angulo N, Barbella S, Hernández A, Hadad E, González D, Mathison Y, Guevara H. Síndrome Metabólico en Escolares Obesos: Frecuencia según los Criterios de la Federación Internacional de Diabetes y el Consenso Venezolano. *Informed.* 2013; 15 (1): 15-25
3. Araujo Herrera O. Síndrome metabólico en la infancia, un enfoque para la atención primaria. *Rev Cubana Pediatr.* 2015;87(1):82-91
4. Caravaca Rodríguez I, Ugalde Montero F, Palma Ellis M, Cartín Quesada T, Alfaro Álvarez E, Ávila Méndez M, et al. Informe Ejecutivo Ministerio de Salud, Ministerio de Educación Pública. 2016; Disponible en: <http://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/informe-ejecutivo-censo-escolar-peso-cortofinal.pdf>.
5. Seas AM. Sobrepeso y obesidad de la niñez Costarricense: situación, acciones emprendidas y propuestas a desarrollar. *Revista Hispanoamericana de Ciencias de la Salud.* 2015;1(1):64-65.

#### Correspondencia

Ingrid Cerna Solis

Email: [inicerna@gmail.com](mailto:inicerna@gmail.com)

