

## **Murcia controlará la evolución IMC de los niños a través de sus historiales clínicos**

**Así lo ha hecho público la Consejería de Sanidad de la Región de Murcia que, a través del plan integral de atención al sobrepeso y la obesidad infantil, va a tener controlada la evolución del índice de masa corporal de los niños para controlar su desarrollo**

La Consejería de Sanidad, a través del plan integral de atención al sobrepeso y la obesidad infantil, ha incluido en el sistema informático de trabajo en los centros de salud una herramienta clave para realizar un seguimiento a los niños en materia de nutrición y alimentación, que permite a los pediatras puedan llevar la evolución del índice de masa corporal (IMC) para controlar el desarrollo de los niños.

Además, el pasado mes de mayo comenzó a realizarse un seguimiento individualizado en diferentes centros de salud de la red regional, a modo de pilotaje, dentro de las actuaciones para disminuir los porcentajes de sobrepeso y obesidad infantil en la Región de Murcia.

La consejera de Sanidad, Encarna Guillén, dio a conocer hoy este nuevo protocolo en marcha en la presentación de la campaña #Pormisalud, que este mes de septiembre se dedica a la prevención de la obesidad infantil y hábitos saludables en nutrición infantil. "Con el inicio de curso hemos considerado necesario hacer hincapié en las recomendaciones para que los niños sigan una dieta equilibrada", explica Guillén.

La consejera, acompañada por Marta Garaulet, premio nacional de Gastronomía este año, y una de las profesionales con más experiencia en la nutrición y la prevención de la obesidad, presentó un menú como ejemplo de dieta saludable para niños en edad escolar.

El 10 por ciento de los niños de la Región de Murcia tienen obesidad y el 20 por ciento sobrepeso, datos que están levemente por encima de la media nacional. "Los datos nos preocupan, pero estamos a tiempo de seguir trabajando en las múltiples acciones que hemos puesto en marcha y que ya están dando resultados". Sanidad tiene como objetivo para los próximos años, dentro del Plan de Salud 2020, reducir los porcentajes de sobrepeso y obesidad infantil por debajo de la media nacional.

"La alimentación poco saludable y no practicar actividad física con regularidad son las principales causas de las enfermedades crónicas más importantes, y esto es lo que podemos cambiar llevando una dieta adecuada y haciendo ejercicio de forma regular", añadió Guillén, que insistió en que "la obesidad puede llegar a reducir la esperanza de vida de una persona hasta en diez años".

La consejera y Garaulet ofrecieron una serie de recomendaciones para evitar el sobrepeso, como comer fruta y verdura todos los días, legumbres tres veces a la semana, evitar refrescos con azúcar y comida rápida el máximo posible, realizar ejercicio todos los días al menos una hora, evitar estar más de una hora y media viendo la televisión o jugando a los videojuegos, evitar picoteos y chucherías o

comer en familia.

Además, destacaron la importancia del desayuno para una correcta alimentación: "Sólo el 8 por ciento de los niños realiza un desayuno adecuado y completo y es la comida más importante del día, que incluso repercute en el rendimiento escolar de los menores", dijo Guillén.

#### Prevención y actuaciones

El Plan de Atención al Niño, ya en marcha en la Sanidad regional, incluye tres fases en la actividad para reducir la obesidad. Los centros de salud mantienen una constante vigilancia en las diferentes etapas de la vida del niño. Lo primero que se trabajó en esta estrategia de Atención Integral al sobrepeso-obesidad infantojuvenil fue las recomendaciones nutricionales en distintas edades (lactantes, preescolar, escolar y adolescente) que ya están incluidas en el nuevo Documento de Salud Infantil que se entrega en la maternidad y también en el programa informático para dar a los pacientes.

Sanidad informa en cada etapa de la necesidad de cambiar dieta o entrar en los diferentes programas de tratamiento y prevención, como el Programa Activa Familias, que prescribe ejercicio físico controlado a menores que tengan sobrepeso para evitar la aparición de enfermedades relacionadas con la obesidad.

#### Comedores escolares

Casi el total de los comedores que hay en los centros educativos de la Región ofrecen una dieta sana y equilibrada. El pasado año se realizaron 491 inspecciones en comedores de centros educativos, de las que 483 indicaron que se sirve una dieta con la aportación adecuada de proteínas, hidratos de carbono y grasas

Con el 'Programa de Control Oficial Sanitario de Alimentos y Zoonosis' se colabora activamente con la Consejería de Educación y Universidades en la elaboración de dietas sanas y equilibradas.

El contenido de este comunicado fue publicado primero en la web de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia

#### **Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Medicina Infantil Murcia](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>