

Estudian los beneficios de la dieta mediterránea y del ejercicio físico en 220 niños con obesidad

El estudio analizará si un cambio en el estilo de vida provoca alteraciones genéticas que modifican el riesgo de sufrir diabetes

CUN ■ Con el fin de evaluar los efectos de una intervención integral basada en una dieta mediterránea y en el ejercicio físico programado, se ha puesto en marcha un ensayo clínico multicéntrico en niños con obesidad central. El estudio tendrá una duración de un año y valorará un total de 220 pacientes de entre 7 y 16 años.

Este proyecto, impulsado por todos los pediatras de la Comunidad foral de Navarra, ha sido seleccionado por la Fundación Merck Salud, entidad dedicada a promover la investigación biomédica, como uno de los estudios que recibirán las ayudas Merck de Investigación 2016. Los especialistas, integrados en el Instituto de Investigación Sanitaria de Navarra (IdiSNA), recibirán un total de 25.000 euros para hacer frente a una parte del ensayo.

LA OBESIDAD INFANTIL, UNA EPIDEMIA. La obesidad infantil es una epidemia presente en la mayoría de países desarrollados. Se calcula que la prevalencia del síndrome cardiometabólico en la población infantil afecta al 12% de niños con sobrepeso y al 29% de niños obesos. Como consecuencia, cada vez más niños padecen síndrome metabólico, un problema de salud serio en la infancia que continúa en la etapa adulta con la presencia



Especialistas de la Clínica y del Complejo Hospitalario de Navarra colaboran en la investigación.

de algunos factores de riesgo cardiovascular como la obesidad central, la resistencia a la insulina, hipertensión y dislipidemia (alteración de los niveles de lípidos o grasas en sangre).

Según apunta la Dra. Cristina Azcona, investigadora principal del proyecto, especialista en Pediatría y experta en endocrinología pediátrica de la Clínica Universidad de Navarra, “la intención de este ensayo es demostrar que una intervención intensiva sobre

[Se calcula que la prevalencia del síndrome cardiometabólico en la población infantil afecta al 12% de niños con sobrepeso y al 29% de niños obesos](#)

el estilo de vida de los niños con estos indicadores de riesgo posibilita una pérdida de grasa, un aumento de la musculatura, mejora la sensibilidad a la insulina y reduce su riesgo cardiovascular”. Este estudio investigará además nuevos marcadores biológicos (genéticos y epigenéticos) que puedan estar asociados con la dificultad para controlar la grasa corporal y una mayor sensibilidad a la insulina. De este modo, los especialistas podrán adaptar mejor las recomendaciones para tratar la obesidad y sus complicaciones a cada paciente.

ESTRATEGIAS CONTRA LA OBESIDAD INFANTIL. Se estima que uno de cada tres niños nacidos en el año 2000 estará afectado de diabetes tipo 2 en el futuro, lo que reducirá de

forma significativa su esperanza de vida, ocasionando importantes costes sanitarios. “Por eso, la mejor estrategia para luchar contra la obesidad y prevenir sus complicaciones, especialmente la diabetes, se basa en programas intensivos que modifiquen el estilo de vida de los niños y sus familias, e incluyan orientaciones personalizadas sobre la dieta, la actividad física y modificaciones conductuales”, asegura. La especialista subraya que este tipo de intervenciones requieren de equipos multidisciplinares de profesionales sanitarios que incluyan pediatras, médicos de familia (dado que el estudio abarca a niños hasta los 16 años), nutricionistas, psicopedagogos y enfermeras, y destaca que “el apoyo familiar es imprescindible”.