



Obesidad

¿Por qué nuestros niños se están convirtiendo en obesos a tan temprana edad?

Esta problemática se debe principalmente al desequilibrio entre la nutrición y la actividad física. La modernidad trae consigo que los niños se diviertan cada vez más de forma sedentaria. La televisión, el computador, los videos juegos las nuevas comodidades. Han disminuido considerablemente la actividad física ya sea en juegos, al aire libre, excursiones deportes etc. Todos estos factores sumados a una dieta de mala calidad (comida chatarra, dulces) se transforma en obesidad temprana.

Entre los factores que intervienen en una obesidad infantil se encuentran:

- La conducta alimentaría
- Consumo de energía
- Factores hereditarios
- Factores hormonales
- Factores psicosociales y ambientales

Las consecuencias inmediatas de la obesidad infantil:

- Problemas familiares.
- Baja autoestima.
- Rechazo por la actividad física.
- Discriminación y rechazo por parte de sus compañeros.

Consecuencias posteriores:

- Obesidad crónica
- Problemas de tipo coronarios
- Hipotiroidismo
- Hipertensión
- Problemas óseos

El tratamiento debe ser personalizado y para ello debe efectuarse un buen diagnóstico. Las medidas a tomar básicamente son:

- A) Modificar el estilo de vida.
- B) Dieta
- C) Ejercicio
- D) Tratamiento Médico según patología específica
- E) Cirugía, para casos difíciles a tratamiento médico

A continuación se presenta las mediciones de los alumnos del L.A.B en base a su peso y altura.

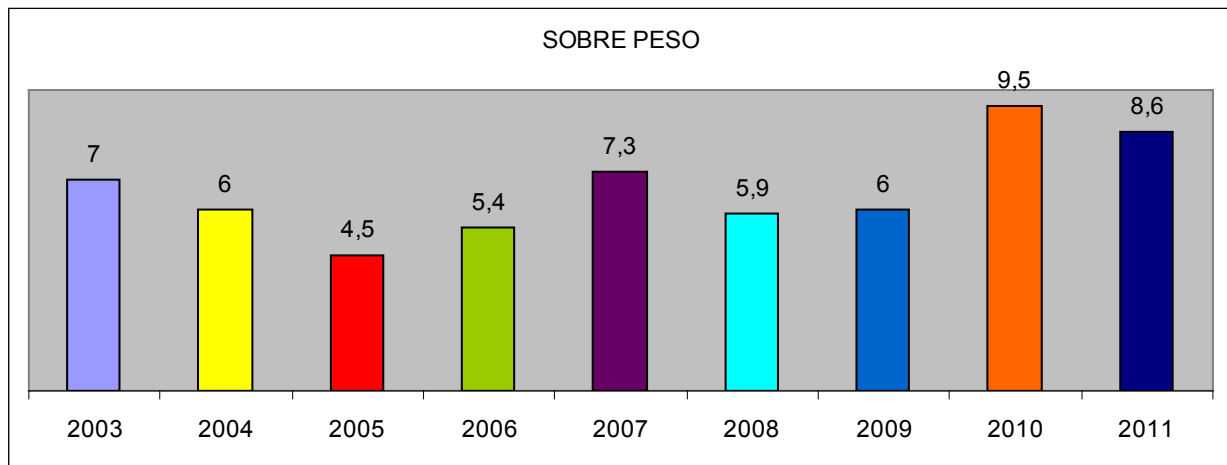
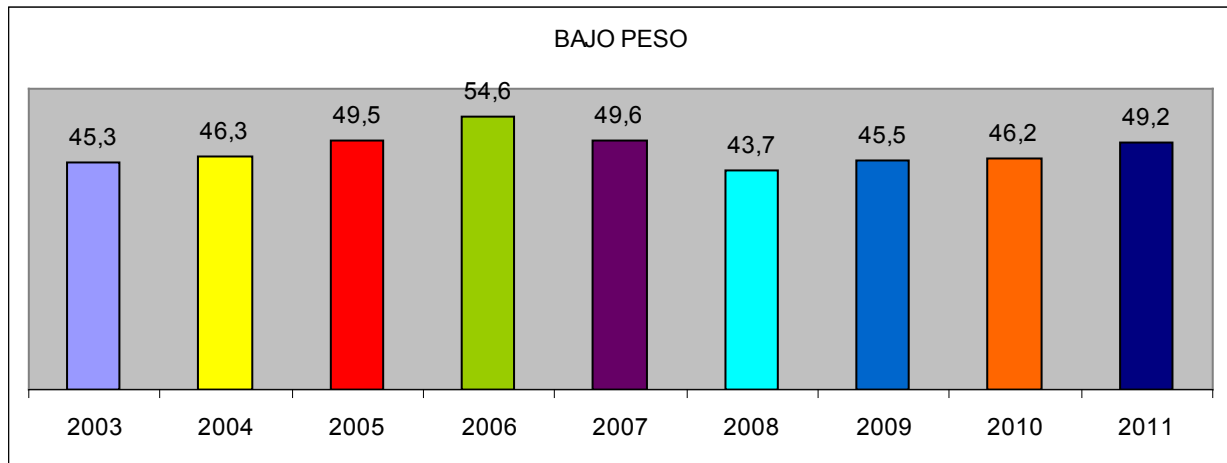
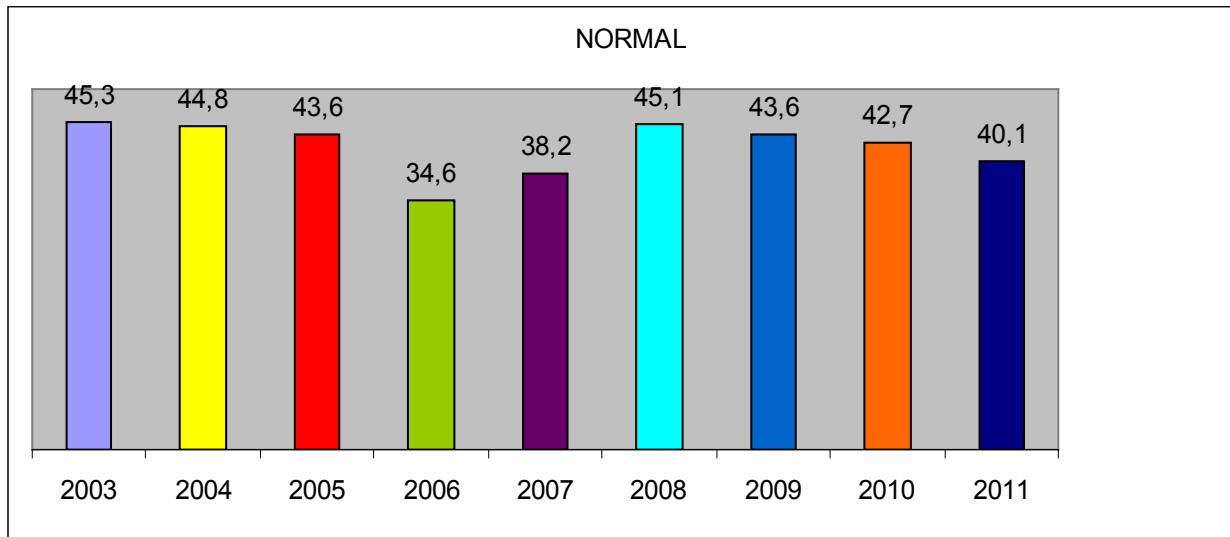
TABLA DE PESO POR NIVELES

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011
8°									
Normal	41.7 %	43.3 %	51.4 %	36.0 %	37.8 %	47.4 %	50.0%	40.7 %	42.9%
Bajo peso	47.2 %	51.9 %	39.2 %	45.6 %	40.1 %	35.3 %	37.3%	46.6 %	42.1 %
Sobrepeso	6.2 %	3.1 %	6.5 %	7.2 %	12.8 %	6.8 %	8.7%	11.6 %	9.0 %
Obe leve	3.9 %	0.7 %	2.8 %	7.2 %	4.5 %	5.1 %	2.3%	0%	0%
Obe mod	0.7 %	0.7 %	0%	4.0 %	4.5 %	5.1 %	1.5%	0.9 %	5.7 %
Evaluados	127	127	107	125	132	116	126	103	121
7°									
Normal	43.4 %	42.9 %	46.1 %	40.0 %	42.1 %	52.1 %	42.9%	46.7 %	41.0 %
Bajo peso	50.8 %	42.9 %	43.5 %	47.2 %	44.7 %	37.3 %	43.8%	38.5 %	43.0 %
Sobrepeso	4.0 %	10.5 %	5.9 %	7.2 %	7.0 %	7.8 %	7.0%	11.4 %	16.0 %
Obe leve	1.6 %	2.6 %	4.2 %	2.4 %	2.6 %	1.7 %	2.6%	0%	0%
Obe mod	0%	0.8 %	0%	3.2 %	3.5 %	0.8 %	3.5%	3.2 %	0%
Evaluados	122	114	117	125	114	115	114	122	100
6°									
Normal	48.7 %	44.3 %	39.6 %	37.5 %	39.6 %	41.9 %	49.3%	41.7 %	37.7 %
Bajo peso	39.3 %	45.2 %	55.1 %	52.6 %	57.2 %	50.0 %	39.7%	53.3 %	54.9 %
Sobrepeso	11.1 %	6.0 %	3.4 %	6.2 %	2.2 %	5.3 %	3.6%	3.8 %	6.5 %
Obe leve	0%	2.6 %	1.7 %	2.6 %	0%	1.7 %	4.8%	0.9 %	0%
Obe mod	0.8 %	1.7 %	0%	0.8 %	0.7 %	0.8 %	2.4%	0.9 %	0.8 %
Evaluados	117	115	116	112	131	112	83	103	122
5°									
Normal	47.8 %	49.0 %	37.5 %	25.7 %	33.3 %	36.2 %	32.3%	40.7 %	38.7 %
Bajo peso	43.4 %	44.3 %	60.5 %	71.9 %	57.0 %	56.2 %	61.9%	48.1 %	57.1 %
Sobrepeso	6.9 %	4.7 %	1.9 %	1.5 %	7.0 %	2.5 %	3.8%	11.1 %	3,0 %
Obe leve	1.7 %	1.8 %	0%	0%	2.6 %	1.2 %	0.9%	0%	0%
Obe mod	0%	0%	0%	0.7 %	0%	3.7 %	0.9%	0%	1,0 %
Evaluados	115	106	104	132	114	80	105	81	98

TABLA GENERAL DE PESO DE 5° A 8° BASICO

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011
Normal	45.3 %	44.8 %	43.6 %	34.6 %	38.2 %	45.1 %	43.6%	42.7 %	40.1 %
Bajo peso	45.3 %	46.3 %	49.5 %	54.6 %	49.6 %	43.7 %	45.5%	46.2 %	49.2 %
Sobrepeso	7.0 %	6.0 %	4.5 %	5.4 %	7.3 %	5.9 %	6.0%	9.5 %	8.6 %
Obe leve	1.8 %	1.9 %	2.2 %	3.0 %	2.4 %	2.6 %	2.5%	0%	0%
Obe mod	0.4 %	0.8 %	-----	2.2 %	2.2 %	2.6 %	2.1%	1.4 %	2.0 %
Evaluados	481	462	444	494	491	423	428	409	441

Gráficos de Peso



Gráficos de Peso

