



El juego como aliado en el tratamiento de la obesidad en un centro de salud: *kin-ball*

Maite Ruiz Goikoetxea^a, Nicolás Pilart Martín^b, Yohana Rodríguez Valencia^c, Ana Jiménez Asín^a, Edurne Burguete Archel^d, Carlos Gurbindo Arana^a

^aPediatra. CS de San Jorge. Pamplona. Navarra. España • ^bEnfermero. CS de San Jorge. Pamplona. Navarra. España
• ^cEnfermera. Complejo Hospitalario de Navarra. Pamplona. Navarra. España • ^dPediatra. CS de Elizondo. Elizondo. Navarra. España.

Publicado en Internet:
14-febrero-2020

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

La obesidad infantil es una de las mayores causas de morbilidad y mortalidad en la infancia y adolescencia, con un porcentaje más elevado en entornos desfavorecidos. En su abordaje, resulta fundamental favorecer unos estilos de vida saludables basados en una adecuada alimentación y en la práctica regular de ejercicio físico; pero en muchas ocasiones resulta difícil implicar tanto a pacientes como a sus familias. En nuestro centro se atienden alrededor de 2000 pacientes menores de 15 años, con un elevado porcentaje de pacientes migrantes. Tras revisar los datos de historia clínica informatizada se detectó un infradiagnóstico de nuestros pacientes con sobrepeso (6,25%) y obesidad (2,7%) respecto a las cifras nacionales (sobrepeso y obesidad son del 26 y 12,6%) y autonómicas (19,5 y 7,8%). A la vista de los datos, el equipo de Pediatría del centro se planteó los siguientes objetivos: 1) diagnosticar de forma correcta a los pacientes con sobrepeso y obesidad según las gráficas de la Organización Mundial de la Salud y las definiciones de sobrepeso y obesidad en función del *z-score* y 2) facilitar la pérdida de peso y mejorar el control de los pacientes pediátricos con sobrepeso y obesidad.

METODOLOGÍA

Desde el 2018 se han desarrollado medidas de mejora diagnóstica y adecuación de las consultas de prevención y manejo de obesidad (adecuación de agendas de enfermería, formación grupal en población escolar e integración en la estructura en red de los diferentes servicios comunitarios

que trabajan en el barrio). Sin embargo, la aportación más novedosa ha sido la introducción de un grupo de *kin-ball*, un juego que promueve la actividad física desde una perspectiva educativa e integradora.

RESULTADOS

Se han obtenido datos reales de sobrepeso (20,7%) y obesidad (8,4%). Desde el curso 2018-2019 se ha creado un grupo de *kin-ball* para pacientes con obesidad de entre 10 y 12 años, con un total de 15 participantes y una tasa de mantenimiento del 80%. El hecho de que esta actividad fuese subvencionada ha resultado vital para su desarrollo en nuestro centro, ayudando a vencer las inequidades en materia de salud. Los pacientes que practicaron este deporte se han relacionado con una mejora en la adhesión a la dieta y pérdida de peso.

CONCLUSIONES

La prevención y educación para la salud es una labor primordial en la Pediatría de Atención Primaria. El conocimiento de actividades deportivas lúdicas como el *kin-ball* puede mejorar la salud física, social y mental de nuestros pacientes.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

Cómo citar este artículo: Ruiz Goikoetxea M, Pilart Martín N, Rodríguez Valencia Y, Jiménez Asín A, Burguete Archel E, Gurbindo Arana C. El juego como aliado en el tratamiento de la obesidad en un centro de salud: *kin-ball*. Rev Pediatr Aten Primaria Supl. 2020;(28):111.