

TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD EN LA CONSULTA DE ENFERMERIA

Una de las labores dentro de la consulta de enfermería pediátrica en Atención Primaria es trabajar con Programas de Salud adaptados a la población que atendemos, en este caso el Programa del Niño Sano consensuado para toda Baleares. Por ello, tanto en la consulta diaria como en las revisiones establecidas en el programa, debemos llevar a cabo la identificación de los niños con problemas de sobrepeso y obesidad y facilitar que puedan ser controlados en el centro.

Actuamos desde la prevención. Desde el nacimiento, apoyando a la lactancia materna, haciendo observación de tomas de lactancia in situ y facilitando el uso las salas de lactancia y potenciándola los 6 primeros meses de vida. Después, con la introducción progresiva de la alimentación complementaria natural (desde la forma correcta de preparar biberones, los purés, incluso compartiendo recetas...), y en general, fomentado hábitos saludables para el niño, respetando siempre las costumbres familiares, religiosas y sociales, -siempre y cuando no sean perjudiciales para el niño- y contribuyendo a la prevención de la obesidad infantil.

Es en las etapas iniciales del desarrollo del niño donde podemos ir vinculando a los padres con la importancia de esos hábitos saludables que su hijo podrá continuar de adulto. Por ello es importante poder atenderlos desde el sobrepeso ya que es más fácil trabajar con ellos que con la obesidad.

Intentamos conocer cómo afecta a los padres la obesidad de sus hijos, ¿les preocupa?, ¿lo consideran un problema?, ¿ponen remedio al sobrepeso?, si lo asumen porque “el niño se parece a”.... Debemos obtener información sobre la relación que tienen los padres con sus hijos a la hora de comer: ¿come solo? ¿Come con el resto de la familia? ¿Se le ofrecen alternativas a la comida diaria? ¿Come en el comedor del colegio? ¿En casa de la abuela? ¿Que tiempo tiene para comer? ¿Realiza alguna actividad deportiva? ¿Como se relaciona con sus compañeros o amigos? ¿La obesidad le impide realizar actividades con sus amigos?

No se trata de poner al niño “a dieta”, sino ofrecer a los padres un seguimiento por parte de enfermería en la consulta para que pueda acudir a controlarse periódicamente, hablar sobre las dudas que puedan surgir y fomentar una relación de confianza entre el niño, los padres y el personal sanitario para poder detectar la causa del problema, bien sea por exceso en la cantidad de comida, por exceso de grasas en la dieta o por la disminución de ejercicio físico diario u otros motivos.

Así podremos mantener un vínculo terapéutico mayor con los padres y con los niños, niños que son el futuro de nuestra sociedad.

ANA MOLERO SANCHEZ.