



EFFECTO DE UN PROGRAMA EDUCATIVO EN LA REDUCCION DE SOBREPESO-OBESIDAD Y DISLIPIDEMIAS EN NIÑOS DE 5 A 14 AÑOS, San Juan de Pasto- 1996 Leonor Rojas de Delgado MD, Rosa Helena Satizabal de Feuillet Enf, Yolly Aguirre R. Lic.

Se estudió el efecto de un programa educativo sobre la reducción de sobrepeso-obesidad y dislipidemias, con un grupo de niños de 5 a 14 años con antecedentes familiares y factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares, teniendo en cuenta el alto índice de población en el CAA Sur-Oriental ISS-Pasto, con el objeto que las personas jóvenes con estos factores y sus familias tengan una educación sobre ellos, lograr una motivación hacia el cambio y retardar la aparición de este problema evitando las complicaciones en los estados II y III.

Se utilizó un diseño de tipo experimental, seleccionando al grupo experimental por medio del bloque aleatorio simple o al azar y el grupo control por la tabla de números aleatorios.

Con el grupo experimental se desarrolló un programa educativo-preventivo, con una población de niños (as) de 5 a 14 años y sus familias, pretendiendo disminuir factores tales como: sobrepeso, obesidad y/o dislipidemias, motivar al cambio de hábitos alimentarios e incrementar la actividad física.

En el grupo experimental se encontró una disminución en los valores de Colesterol de 11.14 mg., en las lipoproteínas de baja densidad (LDL) de 6.77 mg., en los Triglicéridos (TG) de 6.13 mg. y un aumento de las lipoproteínas de alta densidad (HDL) de 4.03 mg. En el grupo control se encontró sólo un aumento de las lipoproteínas de alta densidad (HDL) de 1.04 mg.

El incremento del índice de masa corporal (IMC) en el grupo experimental fue en promedio de 0.29 en comparación con el grupo control que fue de 1.05.

De acuerdo con lo anterior, el programa educativo contribuyó a estas modificaciones y por lo tanto se considera que puede disminuir el riesgo de enfermedades cardiovasculares en la adultez. Se recomienda la implantación de este programa en las escuelas y entidades que atienden población de niños y jóvenes. También se recomienda hacer estudios similares para corroborar si los cambios en el peso y en niveles de colesterol se mantienen en el tiempo.