

Prevención de la obesidad en los primeros 1000 días de vida: el rol del profesional de enfermería

Prevenção da obesidade nos primeiros 1000 dias de vida: o papel do profissional em Enfermagem

Prevention of obesity in the first 1,000 days of life: The role of nursing professionals

DOI: <http://doi.org/10.15446/av.enferm.v41n2.112300>

1 Velia Margarita Cárdenas Villarreal

Descritores: Enfermería; Promoción de la Salud; Obesidad Infantil; Infante; Factores de Riesgo (fuente: DECS, BIREME).

Descritores: Enfermagem; Promoção da Saúde; Obesidade Infantil; Fatores de Risco (fonte: DECS, BIREME).

Descriptors: Nursing; Health Promotion; Pediatric Obesity; Infant; Risk factors (source: DECS, BIREME).

El sobrepeso y la obesidad (SP/OB) infantil se han convertido en un problema de salud pública a nivel mundial durante la última década (1). La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha emitido un llamado enérgico a la acción para abordar este desafío en constante aumento (2). Los primeros 1000 días de vida, que abarcan desde la concepción hasta los dos años, son un período crítico para el desarrollo físico y la salud de un niño. Más importante aún, este período determina el futuro de ese individuo, influyendo en su existencia (3). Por lo tanto, considerar esta etapa del desarrollo para la prevención del SP/OB infantil es un aspecto esencial.

Durante esta ventana de oportunidad, los profesionales de enfermería desempeñan un papel fundamental en la identificación y el tratamiento de los factores de riesgo que contribuyen al SP/OB infantil. Por ello, es fundamental discutir los factores de riesgo asociados a este problema de salud en los primeros 1000 días, resaltar el alcance de la investigación en esta área y dilucidar el papel específico de los profesionales de enfermería en la prevención de la obesidad.

Factores de riesgo en los primeros 1000 días

La evidencia científica ha identificado factores de riesgo modificables de SP/OB durante los primeros 1000 días, entre los que se destaca:

1 Facultad de Enfermería. Universidad Autónoma de Nuevo León (Nuevo León, México).
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9315-3193>
Correo electrónico: velia.cardenasvl@uanl.edu.mx

Cómo citar: Cárdenas Villarreal VM. Prevención de la obesidad en los primeros 1000 días de vida: el rol del profesional de enfermería. Av. enferm. 2023;41(2):112300.
<http://doi.org/10.15446/av.enferm.v41n2.112300>



i) Nutrición materna: la obesidad materna, el aumento excesivo de peso gestacional, la mala nutrición materna y el tabaquismo durante el embarazo; b) prácticas de lactancia materna: el cese temprano o la lactancia materna no exclusiva; c) introducción de alimentos complementarios: el momento y las opciones inadecuadas para introducir alimentos sólidos; d) estilo de vida sedentario: ingesta dietética rica en energía y pobre en nutrientes, aumento del tiempo frente a la pantalla, actividad física limitada y sueño inadecuado (4, 5).

El alcance de la investigación

La investigación sobre la prevención del SP/OB en los primeros 1000 días de vida se ha expandido significativamente en los últimos años (6), abarcando varias dimensiones, que incluyen:

- Estudios epidemiológicos: investigación sobre la prevalencia y los determinantes de la obesidad infantil durante los primeros 1000 días.
- Estudios longitudinales: examen de las consecuencias a largo plazo de SP/OB en las primeras etapas de la vida y su impacto en el desarrollo y la salud posteriores.
- Estudios de intervención: evaluación de la eficacia de intervenciones, como programas educativos, sobre los resultados de salud materna e infantil.

Es importante destacar que los resultados de las escasas intervenciones publicadas en torno a la prevención del SP/OB en los primeros 1000 días son prometedores en el mantenimiento de un peso saludable en los lactantes (7). Estas intervenciones se caracterizan por ser multicomponentes, formuladas a través de teorías y modelos de cambios de comportamientos, empleando tecnología digital y con un seguimiento igual o superior a 2 años. No obstante, se requiere evaluar si los resultados obtenidos en estas pueden ser aplicados en poblaciones o contextos de países de medianos y bajos ingresos, como los de América Latina, donde existe una alta prevalencia de SP/OB y pocos trabajos de investigación sobre esta condición en los 1000 días de vida.

Enfermería y prevención de obesidad en los primeros 1000 días

El personal de enfermería ha jugado un rol destacado en la implementación de las intervenciones efectivas para la salud materno-infantil (8). En los últimos años, estos profesionales también han ocupado una posición única en la implementación de intervenciones para la prevención de la obesidad durante los primeros 1000 días. Entre las funciones clave se incluyen (7, 9, 10):

- Educación prenatal: concientización y desarrollo de habilidades para fomentar comportamientos saludables en mujeres embarazadas frente a la implementación de prácticas de alimentación y control del peso recomendado.
- Apoyo a la lactancia materna: orientación y apoyo a los padres sobre prácticas de alimentación perceptiva, con el fin de lograr una lactancia materna exitosa y exclusiva.
- Asesoramiento nutricional: brindar orientación a los padres sobre el momento adecuado de la introducción de alimentos complementarios y opciones de alta calidad nutricional.
- Promoción de comportamientos de movimiento: capacitar a los padres sobre estrategias que fomenten la actividad física apropiada para la edad, el sueño adecuado y limitar el

tiempo de sus hijos frente a la pantalla.

- **Monitoreo y evaluación:** evaluar periódicamente el crecimiento y desarrollo con el fin de identificar riesgos y proporcionar intervenciones adecuadas de acuerdo con la edad del niño en consultas de rutina.

En conclusión, abordar el SP/OB en los primeros 1000 días es de suma importancia, y los profesionales de enfermería pueden desempeñar un papel crucial en este esfuerzo. Sin embargo, aún queda mucho trabajo por hacer para contribuir a esta área de estudio, sobre todo en países de bajos y medianos ingresos, donde existen pocos recursos en salud. Los profesionales deben actualizarse en habilidades de prevención, estrategias de cambios de comportamiento saludables, implementación y evaluación de intervenciones y en políticas de salud que faciliten la realización de propuestas de intervención orientadas a mitigar los factores de riesgo del SP/OB infantil, contribuyendo a generar resultados más saludables para madres y niños a corto y largo plazo.

Referencias

- (1) Organización Mundial de la Salud (OMS). Obesidad y sobrepeso. Ginebra: OMS; 2021. <https://bit.ly/4am32qG>
- (2) World Health Organization (WHO). Report of the Commission on Ending Childhood Obesity: Implementation plan. Geneva: WHO; 2017. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA70/A70_31-en.pdf
- (3) Larqué E; Labayen I; Flodmark CE; Lissau I; Czernin S; Moreno LA et al. From conception to infancy – Early risk factors for childhood obesity. *Nat Rev Endocrinol*. 2019;15:456-478. <https://doi.org/10.1038/s41574-019-0219-1>
- (4) Lecorguillé M; Schipper MC; O'Donnell A; Aubert AM; Tafflet M; Gassama M et al. Impact of parental lifestyle patterns in the preconception and pregnancy periods on childhood obesity. *Front Nutr*. 2023;10:1166981. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1166981>
- (5) Woo Baidal JA; Locks LM; Cheng ER; Blake-Lamb TL; Perkins ME; Taveras EM. Risk factors for childhood obesity in the first 1,000 days: A systematic review. *Am J Prev Med*. 2016;50(6):761-779. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2015.11.012>
- (6) Lioret S; Harrar F; Boccia D; Hesketh KD; Kuswara K; Van Baaren C et al. The effectiveness of interventions during the first 1,000 days to improve energy balance-related behaviors or prevent overweight/obesity in children from socio-economically disadvantaged families of high-income countries: A systematic review. *Obes Rev*. 2023;24(1):e13524. <http://doi.org/10.1111/obr.13524>
- (7) Ríos-Reyna C; Díaz-Ramírez G; Castillo-Ruiz O; Pardo-Buitimea NY; Alemán-Castillo SE. Políticas y estrategias para combatir la obesidad en Latinoamérica. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc*. 2022;60(6):666-674. <https://bit.ly/3NyrYRW>
- (8) Price A; Bryson H; Mensah FK; Kenny B; Wang X; Orsini F et al. Embedding nurse home visiting in universal healthcare: 6-year follow-up of a randomised trial. *Arch Dis Child*. 2023;108(10):824-832. <https://adc.bmj.com/content/108/10/824.info>
- (9) Hampl SE; Hassink SG; Skinner AC; Armstrong SC; Barlow SE; Bolling CF et al. Clinical practice guideline for the evaluation and treatment of children and adolescents with obesity. *Pediatrics*. 2023;151(2):e2022060640. <https://doi.org/10.1542/peds.2022-060640>
- (10) Oliveira RC; Souto RQ; Santos JLG; Reichert APS; Ramalho ELR; Collet N. Management of overweight and obesity in children and adolescents by nurses: A mixed-method study. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2022;30(spe):e3789. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6294.3789>