

EL CIBERObn PARTICIPA EN LA ELABORACIÓN DE LA PRIMERA GUÍA EUROPEA SOBRE HIPERTENSIÓN EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

- **Ante el aumento de casos de hipertensión en la población más joven y el riesgo de padecer enfermedades de tipo cardiovascular.**
- **La Guía recomienda la implicación de todos los estamentos sociales (gobiernos, educadores, facultativos, padres...) en la lucha contra la obesidad infantil.**
- **Entre las iniciativas del CIBERObn para atajar la obesidad en la infancia destaca el proyecto ETIOBE, una aplicación informática con fines terapéuticos, pionero en España.**

El CIBERObn, Centro de Investigación Biomédica en Red sobre la Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición, ha colaborado con la Sociedad Europea de Hipertensión en la redacción de la *Primera Guía de Diagnóstico, Evaluación y Tratamiento de la Hipertensión Arterial en Niños y Adolescentes* editada en Europa. Una publicación que surge motivada por el fuerte incremento de los casos de hipertensión en niños y adolescentes y por la vinculación, constatada clínicamente, entre la hipertensión pediátrica y enfermedades de tipo cardiovascular en la edad adulta, evidenciando la necesidad de mejorar las medidas de prevención.

El grupo de trabajo, encabezado por Empar Lurbe, una de las investigadoras del CIBERObn, que dirige desde Santiago el doctor Felipe F. Casanueva, ha conjugado los datos científicos con la experiencia clínica a la hora de concretar y elaborar las directrices para el tratamiento de la hipertensión pediátrica.

Educación, no coerción

Este primer documento europeo de salud nace como fuente de consulta para los profesionales sanitarios que se enfrentan a la hipertensión arterial en personas jóvenes, recogiendo la información más relevante para la práctica diaria. *“Las directrices hacen referencia a las condiciones medicas genéricas que influyen en la hipertensión arterial infantil, por ello su papel debe ser educativo y no prescriptivo o coercitivo a la hora de tratar individualmente a cada paciente”*, explica Empar Lurbe.

En ella se incluye la definición y clasificación de la hipertensión arterial, medidas preventivas, pruebas, estrategias y enfoques terapéuticos en condiciones especiales, así como la detección de formas secundarias de hipertensión. *“Las recomendaciones serán de vital importancia en la lucha contra la creciente proliferación de enfermedades cardiovasculares en los adultos, estableciendo estrategias preventivas que permitirán combatir la hipertensión desde una edad temprana”*, afirma la doctora Lurbe.

Niños con enfermedades de adultos

La elaboración de la primera guía de salud europea sobre la hipertensión pediátrica responde a la necesidad de establecer recomendaciones ante la proliferación de enfermedades, hasta ahora asociadas a la edad adulta, en pacientes cada vez más jóvenes.

La hipertensión arterial es una de ellas, considerada uno de los problemas de la salud pública en países desarrollados. Una auténtica epidemia que afecta, en la actualidad, a cerca de mil millones de personas a nivel mundial. Su fácil detección y sus graves complicaciones, si no se trata a tiempo, hacen imprescindible atajar su aparición desde la infancia. De no ser tratada o controlada altera la estructura y función de los denominados *órganos diana* entre los que se encuentran el corazón, los riñones, las arterias periféricas y el sistema nervioso central principalmente.

La obesidad es uno de los factores que contribuye a su desarrollo junto con la historia familiar de hipertensión, incrementado su incidencia con la edad. Por ello desde el CIBERObn se recomienda fomentar las acciones preventivas para disminuir la hipertensión arterial, aumentando la actividad física aeróbica, manteniendo constante un peso normal, reduciendo el consumo de sodio, consumiendo una dieta rica en frutas, vegetales y lácteos bajos en grasa.

Por una infancia sana

Desde el Consorcio se hace también hincapié en la constatación de que más del 80% de los jóvenes obesos continuarán siéndolo de por vida, lo que implica una tendencia creciente hacia la sociedad obesa. La concienciación será clave en la prevención de esta enfermedad que se incrementa por la falta de hábitos saludables. Por ello, desde CIBERObn se insiste en la necesaria implicación de todos los agentes sociales (padres, educadores, instituciones, medios de comunicación...) para luchar contra la obesidad infantil. Sobre todo teniendo en cuenta que España presenta una de las cifras más alarmantes de Europa en lo concerniente a la obesidad infantil. Según los últimos datos de la Encuesta Nacional de Salud, el 27,6% de los menores de 2 a 17 años tienen sobrepeso, de los que el 9% son obesos.

Al sedentarismo hay que sumarle una alimentación incorrecta que pasa por la ingesta de alimentos poco saludables y la tendencia a comer delante de la televisión. Un estudio reciente revela que los niños que ven la televisión menos de ocho horas a la semana tienen un riesgo menor de padecer obesidad que el resto. Por ello las cadenas de televisión se han comprometido a reforzar la vigilancia sobre los anuncios de alimentos orientados a los niños, evitando mensajes reclamo que fomenten los beneficios derivados de su consumo como la fuerza, el crecimiento, la habilidad o el crecimiento y a sancionar el incumplimiento de estas normas.

ETIOBE, e-terapia inteligente de la obesidad infantil

Los expertos abogan por una terapia multidisciplinar basada en la implantación de las nuevas tecnologías en la salud pública para tratar la obesidad infantil. Por ello, el CIBERObn ha colaborado en la creación de la primera solución informática que motiva

a los niños obesos a llevar un tratamiento adecuado para atajar la obesidad. La iniciativa, bautizada con el nombre de ETIOBE (e-terapia inteligente de la obesidad infantil) tiene como principal objetivo la motivación incrementando la eficacia del tratamiento.

Sus aplicaciones incentivan a los niños con mensajes positivos presentándose como juegos con ejercicios físicos adaptados a las necesidades de cada paciente. Para conseguir atajar la obesidad infantil, sobre este sistema intervienen todos los actores implicados en el proceso (médicos, psicólogos, ingenieros, padres y profesores), asegurándose así de que el niño cubra las pautas establecidas de la manera más natural posible, incentivándolo y recompensándolo en función de sus logros.

“El proyecto ETIOBE supone un avance en el tratamiento contra la obesidad en niños y adolescentes, buscando combatir esta enfermedad”, subraya la doctora Lurbe quien resalta, además, los riesgos físicos y psicológicos del sobrepeso. El programa ETIOBE favorece además, “la desaparición de los problemas médicos asociados a esta patología como pueden ser la hipertensión, la diabetes y los problemas ortopédicos; promoviendo hábitos de vida saludables que incrementarán el bienestar psicológico y social del paciente”, concluye Empar Lurbe.

Sociedad Europea de Hipertensión y CIBERObn

La Sociedad Europea de Hipertensión nació en 1989 con el objetivo de proporcionar una plataforma europea estable y organizada para favorecer el intercambio científico en materia de hipertensión.

Creado en 2006 bajo la coordinación del Instituto de Salud Carlos III, dependiente del Ministerio de Ciencia e Innovación, el CIBERObn integra a 27 grupos de trabajo nacionales de excelencia académica contrastada y centra su labor investigadora en el estudio de la obesidad, la nutrición y el ejercicio físico, así como la genética de la obesidad y los factores reguladores de la homeostasis del peso corporal. Además, trabaja sobre la dieta mediterránea y la prevención de alteraciones metabólicas que puedan afectar a la salud en lo relativo al sobrepeso y la obesidad.