

PROYECTO ETIOBE

Recuperar una infancia saludable

Según los datos que maneja el Ministerio de Salud, uno de cada cuatro niños españoles padece sobrepeso y obesidad. Por primera vez, médicos e investigadores aúnan esfuerzos para combatir una enfermedad calificada por la OMS como “la epidemia del siglo” mediante un innovador programa donde se combinan las nuevas tecnologías con la psicología tradicional.

Lauren Wickman

15/10/2010 08:57 CEST



Los investigadores Rosa Baños y Ausiàs Cebolla. Autor: RUVID.

La obesidad infantil se ha triplicado en los últimos quince años en España y no tiene visos de descender. Es un tema especialmente preocupante porque se asocian a este trastorno nutricional otros problemas de salud que se agravan en la edad adulta, y que incluyen la diabetes, la hipertensión y el colesterol. De hecho, según las previsiones, las enfermedades asociadas a la obesidad se convertirán en la primera causa de muerte en los países desarrollados. La buena noticia es que hay solución porque solamente el 7% de los casos de obesidad responde a motivos genéticos.

Seguir una dieta sana y equilibrada e incrementar la actividad física. Parece una regla sencilla, pero todos sabemos que cambiar nuestras rutinas implica un gran esfuerzo. En el caso de las personas con trastornos alimentarios, es tarea prácticamente imposible si no se sigue un estricto tratamiento médico y psicológico. Sin embargo, aunque los métodos más extendidos para combatir la obesidad demuestran una significativa reducción de peso corporal, muy pocos pacientes logran mantener los buenos resultados a lo largo del tiempo. La motivación personal y el autocontrol son, pues, las palabras clave.

En este contexto, el Hospital General de Valencia inicia un programa piloto en su Unidad de Pediatría que ofrece un apoyo continuado de profesionales.

Esperan así animar a sus pacientes a que acaten las prescripciones médicas y adopten hábitos de vida más saludables. Para ello, implantarán en el centro un programa diseñado por investigadores de varias universidades valencianas específicamente para este colectivo. El sistema conjuga psicología e informática, y promete revolucionar los tratamientos contra la obesidad infantil.

“Decidimos centrarnos en la población joven porque está demostrado, por un lado que el mayor predictor de una obesidad adulta es una infantil y, por otro, que hay que atajar el problema en la infancia porque llega un punto en el que es muy difícil de tratar”, explica Rosa Baños, catedrática de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos de la Universitat de València. Si el programa es un éxito, y demuestra que aporta ventajas respecto a los tratamientos tradicionales, se podría extender en el futuro a otros pacientes y más centros hospitalarios. “Pensamos que abaratará los costes de la sanidad pública porque evitará tantos abandonos”, añade la investigadora.

Se acabó eso de acudir a la consulta cada mes o dos meses, ahora médicos y terapeutas acompañarán al paciente a diario gracias a las nuevas tecnologías. Se han seleccionado treinta niños y niñas de diez a catorce años para comprobar la eficacia de cada uno de los componentes del innovador sistema de e-terapia inteligente llamado ETIOBE. Los expertos han escogido esta franja de edad porque son capaces de manejar el ordenador y empiezan a desear mejorar su cuerpo pero todavía no han alcanzado la fase de la adolescencia, periodo en el que aparecen otras complicaciones asociadas.

La obesidad se define como una enfermedad crónica y multifactorial con repercusiones físicas y psicológicas. Según el responsable del programa, Ausiàs Cebolla, la Unidad de Pediatría del Hospital General dirigido por Empar Lurbe es un referente en el tratamiento de la obesidad infantil en la Comunitat. “Llegan aquí los niños más graves, desde casos de obesidad mórbida a pacientes que, aunque no presentan un gran sobrepeso, padecen enfermedades cardiovasculares, hipertensión o diabetes, lo que les obliga a llevar una estricta dieta. Muchos de ellos presentan también problemas emocionales de autoestima, de depresión, trastornos alimentarios o sufren acoso escolar”, explica el investigador.

Por eso, es tan importante abordar el problema desde diferentes frentes. Mientras un equipo médico se encarga de dictar la pauta médica y dietética del niño, el equipo de la Universitat de València diseña su tratamiento psicológico. No es habitual en España que ambos profesionales trabajen codo con codo pero en las pruebas preliminares esta colaboración ha demostrado sus beneficios. “Los médicos se sorprendieron al saber que un elevado porcentaje de pacientes, alrededor del 10%, padecían un trastorno de la alimentación, cuando les habían catalogado como “pacientes complicados”, es decir, rebeldes, porque no seguían las pautas médicas”, comenta Ausiàs Cebolla.

El proyecto ETIOBE ha sido posible gracias a la colaboración entre los investigadores de la Universitat de València, dirigidos por Rosa Baños, el Grupo de Investigación Labpsitec de la Universitat Jaume I, liderado por Cristina Botella, y el grupo LabHuman de la Universidad Politécnica de Valencia dedicado al desarrollo tecnológico con Mariano Alcañiz al frente. Este trío es pionero en España en la aplicación de nuevas tecnologías al ámbito de la Psicología Clínica. Hasta la fecha, los investigadores llevan tres años trabajando en este proyecto, que ha recibido fondos regionales y estatales y se enmarca además en las líneas de la red nacional CIBER de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CIBEROBN).

El funcionamiento de ETIOBE

La prueba piloto tiene previsto empezar con una extensa evaluación de los participantes, desde sus estilos de vida y de sus entornos, a los aspectos emocionales y psicológicos. La información se volcará en una aplicación informática y procederán a determinar las terapias individuales. El tratamiento psicológico siempre incluye una vertiente más tradicional, basada en grupos de trabajo, y, otra innovadora que emplea las nuevas tecnologías. En concreto, se ha diseñado una plataforma informática para el hogar y otra móvil.

El programa instalado en el ordenador de casa, les propondrá tareas y videojuegos educativos. Por cada actividad completada, su mascota virtual o avatar les concederá puntos y subirán de nivel hasta finalizar el tratamiento. Esta plataforma incluye además recetas de cocina e información sobre alimentos y los beneficios del deporte. A la vez, mediante

un teléfono móvil o PDA, los pacientes estarán comunicados continuamente con los terapeutas y su avatar les podrá aconsejar y dar instrucciones. En estos dispositivos móviles los jóvenes registrarán lo que ingieren en cada momento, y sus emociones al hacerlo. Eliminar refrescos con alto contenido de azúcar, la bollería industrial, o la *comida basura*, por ejemplo, son algunas de las metas que han de alcanzar.

Toda esta información se complementa con los datos fisiológicos recogidos por unos sensores que llevarán los pacientes en determinadas etapas del tratamiento. Los terapeutas harán un seguimiento a tiempo real de los jóvenes y actualizarán el tratamiento según su evolución. Todo para garantizar la máxima adherencia al programa.

Los padres son una pieza clave en este proceso. Son quienes proporcionan la mayor parte de las comidas a sus hijos y quienes, con su actitud y estilo de vida, influyen de manera decisiva en sus hábitos. Según el investigador Ausiàs Cebolla, muchas de las familias no siguen una dieta saludable, así que les ofrecen cursillos y asesoramiento. “Debemos enseñar a los padres que son elementos fundamentales en la salud de sus hijos, son los terapeutas en el hogar y son esenciales para que el niño cumpla los objetivos que hemos marcado. No pretendemos que sean delgados, sino que estén sanos”, comenta.

En esta primera fase experimental de ETIOBE, el tratamiento durará entre 4 y 6 meses durante los cuales, los jóvenes tendrán una revisión semanal en el hospital y recibirán una atención continuada a través de Internet. Tras este periodo, acudirán cada mes a la consulta para que los profesionales puedan hacer un seguimiento a lo largo de un año.

Entorno tóxico

El niño obeso necesita interiorizar cuanto antes los beneficios de una vida saludable y requiere mucha fuerza de voluntad seguir estas pautas porque, en general, nuestro entorno social más bien favorece todo lo contrario. Son los llamados “estímulos tóxicos”. “Las sociedades del primer mundo vivimos en un ambiente que promociona la obesidad, desde la publicidad, hasta las raciones que se ofertan en los restaurantes, hasta los ingredientes de los alimentos que compramos”, recuerda Rosa Baños. “Todo el ambiente te

induce a que comas mucho y mal, y a que hagas cada vez menos ejercicio. Nosotros intentamos dar armas al niño para luchar contra esto”.

Los países mediterráneos como España, Italia y Grecia lideran el ranking mundial de la obesidad infantil, debido principalmente a una entrada demasiado precipitada de importantes cambios sociales en los estilos de vida que no llegan a asimilarse correctamente. Por tanto, los expertos aseguran que la única manera de mitigar el alarmante incremento de la obesidad entre la población es la promulgación de medidas sociales y políticas muy duras, porque si no, incluso los tratamientos individuales serán una lágrima en el océano. En este sentido, el reciente acuerdo alcanzado entre el Gobierno y las Comunidades Autónomas para mejorar la alimentación en los centros educativos es un gran avance.

Los miembros del equipo de ETIOBE son conscientes de la influencia que ejercen las escuelas, por eso tienen previsto mejorar el sistema desarrollando una aplicación nueva para profesores. También pondrán en marcha una red social donde los niños se podrán enviar mensajes de ánimo, siempre controlados por un psicólogo del equipo, para que se sientan acompañados en el proceso. Rosa Baños detalla otra mejora: “Trabajamos también en la incorporación de la geoposición a través de la PDA. Nos va a permitir conocer los hábitos de movilidad de la persona, desde su actividad física a los lugares que para el paciente son críticos como el horno o el quiosco”.

El procedimiento para ser evaluado y acceder a este programa experimental es a través del médico de cabecera quien, si lo considera oportuno, podrá derivar el joven a la Unidad de Pediatría del Hospital General.

Derechos: **Creative Commons**

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

