



**CURSO ON LINE:**

**ATENCIÓN ENFERMERA A LA**  
**OBESIDAD INFANTIL Y EL**  
**SEDENTARISMO EN**  
**ATENCIÓN PRIMARIA**  
***FAMILIAS + ACTIVAS***

Solicitada acreditación,  
9,8 créditos en  
anteriores ediciones

**TUTORES:**

Diego José Villalvilla Soria

Rosa M<sup>a</sup> Martínez Ortega

Beatriz Valdivielso Fdez de Valderrama

Silvia Domínguez Fernández

**Introducción:** El sobrepeso y la obesidad infantil es un problema que va en aumento; según la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición publican datos en Noviembre de 2023 según el estudio ENE\_COVID un tercio de los niños, niñas y adolescentes en España tiene exceso de peso. Los últimos datos de la OMS del 2023 y de la Iniciativa de la Vigilancia de Obesidad Infantil en Europa (COSI) mostraron que el 39% de las niñas y el 38% de los niños de 7 a 9 años presentaron sobrepeso y obesidad. Mantener estos índices provocará una sociedad con muchos problemas de salud en el futuro.

Este problema de exceso de peso se produce por dos motivos: una mala nutrición, con excesos de azúcares y un déficit en la actividad física.

La Enfermera Familiar y Comunitaria tiene una perspectiva completa de la persona y del entorno, por ello debe ayudar a las familias y a nuestros niños y niñas de hoy a superar este problema y elegir una vida con mayores niveles de actividad física y alimentación saludable.

**Objetivo:**

Revisar y actualizar los conocimientos y habilidades prácticas para mejorar el abordaje familiar, grupal y comunitario del sedentarismo y la obesidad infantil en el marco de la implantación del programa “Familias + Activas”.

Sensibilizar para priorizar la atención a estos problemas de salud trabajando en red favoreciendo el intercambio de experiencias entre los profesionales e impulsando la investigación para un análisis realizar un análisis compartido de los resultados en salud con este tipo de pacientes mejorando las coberturas y resultados en salud de los niñas y niños atendidos en atención primaria.

**Metodología:** On line. Se trabajará cada tema a lo largo de 3 semanas con casos prácticos y seguimiento en consulta de enfermería de Atención Primaria y material didáctico.

**Cronograma:**

MÓDULOS	CRONOGRAMA
MÓDULO I	30 DE SEPTIEMBRE AL 14 DE OCTUBRE 2024
MÓDULO II	14 DE OCTUBRE AL 28 DE OCTUBRE 2024
MÓDULO III	28 DE OCTUBRE AL 10 NOVIEMBRE 2024
MÓDULO IV	10 DE NOVIEMBRE AL 24 DE NOVIEMBRE 2024
MÓDULO V	24 DE NOVIEMBRE AL 8 DE DICIEMBRE 2024
EVALUACIÓN FINAL Y RECUP	DEL 7 AL 14 DE DICIEMBRE DE 2024

## Contenidos:

### MÓDULO I. OBESIDAD INFANTIL VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO

Entender los determinantes y consecuencias fisiopatológicas de la obesidad infantil. Manejar herramientas para detectar precozmente la obesidad infantil y el sedentarismo en las consultas de enfermería de Atención Primaria. Aprender a enfocar la atención a la obesidad infantil desde una perspectiva multidisciplinaria y monitorizar la evolución clínica de la obesidad y sus consecuencias elaborando un plan de cuidados adecuado.

### MÓDULO II. APRENDER A COMER EN FAMILIA

Determinar los factores que afectan a la ingesta nutricional y los patrones alimentarios (p ej. gustos y aversiones alimentarias, consumo excesivo de comida rápida, comidas no realizadas, comer deprisa, interacciones entre el niño/niña y progenitores durante la alimentación). Abordar la importancia de la ingesta adecuada de alimentos como medida de promoción de salud en el marco de la atención a la obesidad infantil. Identificar y aplicar los principios de una Alimentación Equilibrada y cardiosaludable.

### MÓDULO III. RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA, SUEÑO Y DESCANSO PARA LA FAMILIA.

Conocer la relevancia del sedentarismo como problema de salud y las recompensas de la actividad física para la salud en un contexto terapéutico. Diferenciar actividad física, ejercicio físico, deporte, condición física. Identificar las recomendaciones de actividad física, y tiempo de pantalla en la infancia y adolescencia. Planificar estrategias para el cambio de conducta y seguimiento de recomendaciones de ejercicio físico en la población infantil y en el entorno familiar.



#### MÓDULO IV. SALUD EMOCIONAL Y CONTROL DE PESO.

Explicar conceptos básicos acerca de salud emocional, la estigmatización del niño/niña con obesidad, técnicas de tratamiento cognitivo-conductual de la obesidad infantil Abordaje psicosocial de la Obesidad Infantil priorizando el trabajo de la autoestima y la motivación en el tratamiento de la obesidad infantil. Explicar la importancia de la imagen corporal y sus repercusiones. Influencia y relación del Mindfulness, inteligencia emocional y control de impulsos en la salud emocional y el estilo de vida.

#### MÓDULO V DETERMINANTES SOCIOCULTURALES.

Explicar la relación entre los determinantes socioculturales, desigualdades sociales medioambientes, medios de comunicación y obesidad infantil e identificar las necesidades de la unidad familiar y elaborar un plan de acción contra la obesidad infantil aplicando los principios de parentalidad positiva.

**Duración:** 100 h. Pendiente de acreditación por la comisión de formación continuada.

## Profesionales docentes:

- Diego José Villalvilla Soria. Enfermero Familiar y Comunitario del Centro de Salud Alcalá de Guadaíra DASE. Grado en Enfermería y Fisioterapia. Máster en actividad física y salud.
- Rosa M<sup>a</sup> Martínez Ortega. Enfermera Familiar y Comunitaria. Grado en Enfermería y Máster en Ciencias de la Enfermería. Doctora en Enfermería. Experta en Nutrición Infantil.
- Beatriz Valdivielso Fdez de Valderrama. Enfermera Familiar y Comunitaria del Centro de Salud Numancia DASE Grado en Enfermería y Especialista en Pediatría.
- Silvia Domínguez Fernández. Personal docente e investigador (PDI) de la Universidad Complutense de Madrid (UCM). Grado en Enfermería y Máster en Investigación en cuidados. Doctoranda en Enfermería. Experto en la programación enseñanza-aprendizaje.

## Evaluación:

- Un examen tipo test de 20 preguntas sin evaluación negativa (mínimo 70% de aciertos) y un test final de 50 preguntas (mínimo 80% aciertos) (2 intentos y 1 recuperación)
- La resolución de un caso clínico con preguntas tipo test (más de 70% de aciertos)
- Publicación de, al menos, un comentario/participación en los foros de cada tema.

Tanto los temas como las evaluaciones permanecerán abiertas hasta la finalización. Las tutorías sólo se realizarán en las semanas descritas en cada tema

Más información e inscripciones en [www.semam.org](http://www.semam.org)