

PROYECTO DE APOYO A LOS PACIENTES OBESOS DEL SERVICIO DE PEDIATRÍA DEL HOSPITAL SEVERO OCHOA

INTRODUCCION:

Los niños y niñas obesos, tratados en el servicio de Pediatría del HSO y sus padres, realizan durante un periodo de seis meses una serie de actividades y asisten a charlas relacionadas con la adquisición de hábitos saludables. Una de estas sesiones se dedica a la práctica de actividad física regular.

Transcurrido éste tiempo, terminan el periodo de control directo desde el servicio de Endocrinología y pasan a ser controlados desde su centro de salud. Transcurridos unos meses se detecta que un alto porcentaje de pacientes siguen con sus hábitos sedentarios y vuelven a recuperar peso.

Desde el servicio de Pediatría valoran que sería necesario que después de terminar el periodo de control hospitalario, los niños y niñas deberían mantener un mayor nivel de actividad física en su entorno habitual.

Desde el proyecto Deporte y Salud de la delegación de Deportes iniciamos una búsqueda de recursos externos para poder cubrir ésta necesidad.

OBJETIVOS:

- 1.- Integrar a los pacientes obesos del servicio de Pediatría del HSO, en un programa de ejercicio físico supervisado y monitorizado por especialistas del ejercicio físico.
- 2.- Incentivar cambios en la conducta, orientados hacia el aumento de la actividad física habitual.
- 3.- generar modificaciones en la composición corporal de los participantes
- 4.- Estudiar los cambios generados

POBLACION DIANA:

Niños y niñas obesos tratados en el Servicio de Pediatría del Hospital Severo Ochoa .

ESTRATEGIA.

1.- Formar un grupo de trabajo de diferentes instituciones interesadas en el control de la obesidad.

- Hospital Severo Ochoa (Servicio de endocrinología)
- Universidad de Castilla La Mancha (Área de Educación Física y Deportes)
- Ayuntamiento de Leganés (Delegación de Deportes, Deporte y Salud)

2.- Distribuir las diferentes tareas entre las instituciones que componen el grupo en función de las necesidades de la intervención y de las competencias y recursos disponibles.

4.- Buscar apoyo y ayudas de instituciones y empresas interesadas en el proyecto.

ACTIVIDADES.

1.- HOSPITAL SEVERO OCHOA (Servicio de endocrinología):

1.1.- Organizará una reunión con los integrantes de sus propios grupos de pacientes para presentar el proyecto y animar a que se inscriban

1.2.- En aquellas pacientes que por su riesgo se considere necesario se hará una prueba de esfuerzo previa a la actividad

1.3.- Recibirá la información de los responsables del grupo de actividad física (Universidades) e intervendrá en los casos que considere necesario.

2.- AYUNTAMIENTO DE LEGANES (Delegación de Deportes, Delegación de Educación):

2.1.- Proporcionará un espacio para la realización del programa de ejercicio físico.

2.2.- Proporcionará el material y equipamiento necesario para las actividades propuestas

2.3.- Proporcionará el transporte de los pacientes implicados hasta al laboratorio de Antropometría de la Universidad de Castilla La Mancha

3.- UNIVERSIDAD DE CASTILLA LA MANCHA (Departamentos de Educación Física y Deportes)

3.1.- Confeccionará los programas de ejercicio físico específico para los niños obesos que participen en la actividad.

3.3.- Un Licenciado en Educación física y Deportes perteneciente a estos centros será el encargado de llevar las sesiones y verificar los parámetros que se consideren oportunos.

3.4.- Previamente al inicio de la actividad, después de terminada la actividad y después de que hayan transcurrido dos meses, la Universidad realizará una densitometría (DEXA) a todos los participantes.

3.5.- Se encargará del tratamiento estadístico de los datos obtenidos y realizará un análisis detallado de los mismos.

CALENDARIO:

La actividad física de los participantes, se iniciará durante el mes de abril de 2011 y se mantendrá hasta junio de 2011. Los niños y niñas realizarán dos sesiones de ejercicio físico semanales con una duración de 1'5 h. por cada sesión.

Los resultados de la intervención se presentarán durante el mes de octubre de 2011.

SITUACION ACTUAL:

- Se ha diseñado una experiencia piloto con 25 niños y niñas.
- La actividad se realiza en el gimnasio cedido por la dirección del instituto Maria Zambrano y las canchas deportivas cedidas por la dirección del colegio Andrés Segovia, el material ha sido cedido temporalmente por la Delegación de Deportes
- Hay dos grupos de niños y niñas a cargo de una licenciada en educación Física y Deportes de la Universidad de Castilla La Mancha.
- Los grupos han pasado por el laboratorio para hacerse la densitometría previa
- Las sesiones de ejercicio físico se han iniciado el día 6 de abril de 2011, los grupos acuden al gimnasio el miércoles y el sábado y el jueves y el sábado respectivamente.

PROYECTO DE APOYO A LOS PACIENTES OBESOS DEL SERVICIO DE ENDOCRINOLOGIA DEL HOSPITAL SEVERO OCHOA

SITUACION ACTUAL:

Las personas obesas, tratadas en el servicio de Endocrinología del HSO, pasan durante un periodo de seis meses por una serie de controles y charlas relacionadas con hábitos saludables, entre ellas una sesión sobre actividad física.

Pasado éste periodo, terminan el control desde el servicio de Endocrinología y pasan a ser controlados desde su centro de salud, por diferentes circunstancias, alguna de ellas relacionadas con la reestructuración hacia el Área única, el seguimiento de estos pacientes desde los centros de salud, no es eficaz y en un alto porcentaje siguen con sus hábitos sedentarios y vuelven a recuperar peso.

Ante esta situación la enfermera del servicio de Endocrinología decide ponerse en contacto con el Ayuntamiento para ver la posibilidad de que las personas tratadas en su servicio pudieran seguir haciendo actividad física en su entorno habitual.

Desde el proyecto Deporte y Salud de la delegación de Deportes iniciamos una búsqueda de recursos externos para poder cubrir ésta necesidad.

OBJETIVOS:

- 1.- Integrar a los pacientes obesos del servicio de Endocrinología del HSO, en un programa supervisado y monitorizado de ejercicio físico.
- 2.- Incentivar cambios en la conducta, orientados hacia el aumento de la actividad física habitual.
- 3.- generar modificaciones en la composición corporal de los participantes
- 4.- Estudiar los cambios generados

POBLACION DIANA:

Todas las personas obesas tratadas en el Servicio de Endocrinología del Hospital Severo Ochoa incluyendo a los pacientes en espera de cirugía.

ESTRATEGIA.

- 1.- Formar un grupo de trabajo de diferentes instituciones interesadas en el control de la obesidad. Formalizar el grupo de trabajo a través de un convenio entre las instituciones que intervienen.

- Hospital Severo Ochoa (Servicio de endocrinología)
- Universidad de Castilla La Mancha (Área de Educación Física y Deportes)
- Universidad Camilo Jose Cela (Área de Educación Física y Deportes)
- Ayuntamiento de Leganés (Delegación de Deportes, Deporte y Salud)

2.- Distribuir las diferentes tareas entre las instituciones que componen el grupo en función de las necesidades de la intervención y de las competencias y recursos de los que disponen

3.- Organizar con los participantes un club de caminantes o amigos de la actividad física que sirva para mantener en el tiempo el incentivo y la motivación después de que termine el periodo de actividad física reglada

4.- Buscar apoyo y subvenciones a los proyectos, desde el Consejo Superior de Deportes, La FMM, la FEMP (Red de Ciudades saludables), otros.

ACTIVIDADES.

1.- HOSPITAL SEVERO OCHOA (Servicio de endocrinología):

- 1.1.- Organizará una reunión con los integrantes de sus propios grupos de pacientes para presentar el proyecto y animar a que se inscriban
- 1.2.- En aquellas personas que por su riesgo se considere necesario se hará una prueba de esfuerzo previa a la actividad
- 1.3.- Recibirá la información de los responsables del grupo de actividad física (Universidades) e intervendrá en los casos que considere necesario.

2.- AYUNTAMIENTO DE LEGANES (Delegación de Deportes):

- 2.1.- Participará en la reunión de captación de los participantes
- 2.2.- Proporcionará en la instalación deportiva de La Cantera un espacio para la realización del programa de ejercicio físico en horario de 16 a 17 horas tres días a la semana
- 2.3.- Propondrá que el grupo de “Voluntarios por el deporte de Leganés” participe como auxiliares de las actividades con esfuerzo de mediana y baja intensidad, realizando actividades como: acompañar en caminatas en los circuitos tasados de los parques, ayudar al responsable del grupo de ejercicio físico.
- 2.4.- Facilitar la creación del grupo de caminantes o de amigos de la actividad física de Leganés.

3.- UNIVERSIDAD DE CASTILLA LA MANCHA Y UCJC DE Madrid):
Departamentos de Educación Física y Deportes

- 3.1.- Participación en la reunión de captación de los participantes
- 3.2.- Confección de dos planes detallados de ejercicio físico específico para los adultos obesos que participen en la actividad. Uno para personas con bajo riesgo y otro para personas de mayor riesgo
- 3.3.- Un Licenciado en Educación física y Deportes perteneciente a estos centros será el encargado de llevar las sesiones y verificar los parámetros que se consideren oportunos.
- 3.4.- Previamente al inicio de la actividad se trasladará a los participantes y a un grupo control de personas que no quieran participar en el grupo de actividad

física, al laboratorio de la UCLM en Toledo para la medición de una serie de parámetros de composición corporal (Densitómetro de alta tecnología) y estado de forma física.-

3.5.- Después de terminado el periodo de actividad física y transcurridos dos meses, repetirán las pruebas biométricas al grupo participante y al grupo control.