

Revisión

Recibido: 25/08/2025 | Aceptado: 24/11/2025

La actividad física en el tratamiento de la obesidad infantil. una revisión sistemática

Physical activity in the treatment of childhood obesity. a systematic review

Isleidy Alvarez Hernández. Licenciada en Cultura Física. Master en Actividad Física en la

Comunidad. YOL Editorial. Quito, Ecuador. [\[isleidyalvarez83@gmail.com\]](mailto:isleidyalvarez83@gmail.com)

Enrique Rafael Farfan Heredia. Licenciado en Educación Física. Doctor en Motricidad y
educación para la salud. Universidad Autónoma del Carmen (UNACAR). Campeche. México.

[\[efarfan@pampano.unacar.mx\]](mailto:efarfan@pampano.unacar.mx)

José Jesús Matos Ceballos. Licenciado en Educación Física. Doctor en Ciencias Pedagógicas.

Universidad Autónoma del Carmen (UNACAR). Campeche. México.

[\[jmatos@pampano.unacar.mx\]](mailto:jmatos@pampano.unacar.mx)

Julio César Ambris Sandoval. Licenciado en Educación Física. Doctor en Motricidad y
educación para la salud. Universidad Autónoma del Carmen (UNACAR). Campeche. México.

[\[jambris@pampano.unacar.mx\]](mailto:jambris@pampano.unacar.mx)

Resumen

La obesidad infantil se ha convertido en uno de los principales desafíos de salud pública a nivel mundial. Numerosos organismos internacionales, como la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), han abordado esta problemática a través de informes y planes de acción. Diferentes informes proporcionan recomendaciones normativas a los gobiernos para prevenir y tratar la obesidad en niños y adolescentes. Además, establece como objetivos reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles, atenuar los efectos psicosociales



negativos y limitar el riesgo de obesidad en la siguiente generación. El objetivo que persigue el artículo es realizar una revisión bibliográfica de diferentes investigaciones que han abordado la obesidad infantil desde una perspectiva integral, involucrando a diferentes sectores y promoviendo políticas públicas enfocadas en la prevención, la educación nutricional y la promoción de estilos de vida saludables. Para esta investigación se han utilizado los métodos del nivel teórico y empírico del conocimiento, entre los que se destacan el analítico-sintético, el estudio documental, la revisión bibliográfica y la recopilación de datos estadísticos, los cuales permitieron concebir un enfoque integral y multidisciplinario para abordar la obesidad infantil. Este enfoque facilita la comprensión de los factores sociales, económicos, culturales y ambientales que influyen en el desarrollo de esta condición, así como la identificación de estrategias efectivas para su prevención y tratamiento desde diferentes ámbitos, como la educación, la salud pública, la industria alimentaria y las políticas gubernamentales.

Palabras clave: obesidad infantil, actividad física, condición física saludable

Abstract

Childhood obesity has become one of the major public health challenges worldwide. Numerous international organizations, such as the World Health Organization (WHO), the Pan American Health Organization (PAHO), and the Economic Commission for Latin America and the Caribbean (ECLAC), have addressed this issue through reports and action plans. Various reports provide policy recommendations to governments for preventing and treating obesity in children and adolescents. They also establish objectives such as reducing the risk of non-communicable diseases, mitigating negative psychosocial effects, and limiting the risk of obesity in the next generation. The aim of this article is to conduct a literature review of different studies that have addressed childhood obesity from a comprehensive perspective,



involving various sectors and promoting public policies focused on prevention, nutrition education, and the promotion of healthy lifestyles. This research employed methods from both the theoretical and empirical levels of knowledge, including analytical-synthetic methods, documentary research, literature review, and the collection of statistical data. These methods enabled the development of a comprehensive and multidisciplinary approach to childhood obesity. This approach facilitates the understanding of the social, economic, cultural, and environmental factors that influence the development of this condition, as well as the identification of effective prevention and treatment strategies from various sectors, such as education, public health, the food industry, and government policies.

Keywords: childhood obesity, physical activity, healthy physical condition

Introducción

La obesidad es una enfermedad que se caracteriza por tener demasiada grasa corporal. La cual constituye un factor de riesgo asociado con frecuencia a trastornos crónicos como hipertensión, diabetes, hiperlipidemia y enfermedades cardiovasculares que afecta no sólo la salud sino también la imagen corporal y por ende la calidad de vida de las personas que la padecen, sin embargo, puede mantenerse controlada por algunos cambios en los estilos de vida como son la dieta y el ejercicio físico (Mogrovejo y Bermúdez, 2022).

La obesidad infantil se ha convertido en un desafío de salud pública de proporciones alarmantes en todo el mundo. Con el aumento constante de la prevalencia de esta condición, es imperativo que se investiguen y desarrolleen estrategias efectivas para abordarla. En este contexto, la actividad física emerge como un componente fundamental en el tratamiento integral de la obesidad en niños.

La actividad física desempeña un papel crucial en el manejo de la obesidad infantil, y se reconoce cada vez más que su impacto va más allá del simple gasto energético durante el



ejercicio. A medida que avanzamos en la comprensión de los mecanismos fisiológicos y psicológicos involucrados en la regulación del peso corporal, se hace evidente que la actividad física regular no solo contribuye a la pérdida de peso, sino que también posee una serie de efectos benéficos adicionales en la gestión de la obesidad en niños (Vinuela et al., 2022).

Para abordar la obesidad infantil de manera integral, comprendiendo sus múltiples implicaciones fisiopatológicas y buscando estrategias efectivas para su prevención y tratamiento, la investigación centrada en la actividad física juega un papel fundamental. Se ha demostrado que el ejercicio regular no solo contribuye al gasto energético y la pérdida de peso, sino que también tiene efectos beneficiosos adicionales en la gestión de la obesidad en niños, incluida la mejora de la función respiratoria y la reducción del riesgo de enfermedades cardiovasculares (Audor et al., 2022 y Boza, 2022).

Por lo tanto, es imperativo profundizar en la comprensión de la relación entre la actividad física y la obesidad infantil, con el fin de desarrollar intervenciones efectivas que promuevan un estilo de vida activo y saludable desde la infancia (Almonacid y González, 2022). Este enfoque interdisciplinario permitirá abordar los complejos mecanismos subyacentes a la obesidad infantil y diseñar estrategias personalizadas que contribuyan a mitigar este importante problema de salud pública.

El Informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) del año 2023 proporciona datos alarmantes sobre la prevalencia del sobrepeso y la obesidad a nivel global. En cuanto a la población infantil, los datos son preocupantes. En 2022, se registraron 37 millones de niños menores de 5 años con sobrepeso, lo que indica una tendencia preocupante de inicio temprano de esta condición. Además, más de 390 millones de niños y adolescentes de 5 a 19 años tenían sobrepeso, con 160 millones de ellos clasificados como obesos. Estas cifras son especialmente



preocupantes debido a las implicaciones a largo plazo para la salud de estos jóvenes, quienes enfrentan un mayor riesgo de desarrollar complicaciones de salud a medida que crecen (OMS 2023).

La OMS ha tomado un papel de liderazgo en la lucha contra la obesidad infantil, ya que reconoce sus graves implicaciones para la salud física y mental de los niños y niñas. El informe de la Comisión para Acabar con la Obesidad Infantil, presentado en la 69^a Asamblea Mundial de la Salud, representa un esfuerzo integral para abordar esta problemática a nivel global. Este informe es valioso porque proporciona recomendaciones basadas en evidencia científica para que los gobiernos puedan implementar estrategias efectivas de prevención y tratamiento de la obesidad en la población infantil y adolescente (de la Salud, 2019). Además, reconoce la importancia de abordar los factores ambientales y sociales que contribuyen a la obesidad, así como la necesidad de involucrar a diferentes sectores de la sociedad en la solución.

Por otro lado, las Normas de Crecimiento Infantil de la OMS constituyen una herramienta fundamental para monitorear el estado nutricional de los niños y detectar casos de sobrepeso y obesidad de manera temprana. Estas normas internacionales facilitan la comparación y el seguimiento de los progresos a nivel nacional e internacional.

La inclusión de la prevención y el control de enfermedades no transmisibles, como la obesidad infantil, en los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas, resalta la importancia que tiene este tema para el desarrollo sostenible y el bienestar de las poblaciones a largo plazo. Esta priorización refleja el reconocimiento de que la obesidad infantil no solo es un problema de salud, sino también un desafío económico y social que debe abordarse de manera integral (Murga, 2018).

Si bien la UNESCO no es la entidad principal en este tema, su mandato de promover la educación y la cultura la convierte en un actor clave para abordar los factores sociales y



culturales que contribuyen a la obesidad infantil. La UNESCO puede desempeñar un papel importante en la sensibilización, la promoción de hábitos saludables y la formación de docentes y familias en temas relacionados con la nutrición y la actividad física (Nieves et al., 2020).

En resumen, la lucha contra la obesidad infantil requiere un enfoque multidisciplinario y coordinado entre diferentes organizaciones internacionales, gobiernos, comunidades y sectores de la sociedad. Los esfuerzos de la OMS, las Naciones Unidas y la UNESCO son complementarios y esenciales para abordar esta problemática desde diferentes ángulos y lograr un impacto duradero en la salud y el bienestar de los niños y niñas en todo el mundo.

Así mismo, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) ha sido una de las principales organizaciones en abordar la obesidad infantil en Latinoamérica. En su informe "Plan de acción para la prevención de la obesidad en la niñez y la adolescencia 2014-2019" (OPS, 2014), propone estrategias y líneas de acción para combatir este problema en la región. Además, la OPS realiza informes periódicos sobre las tasas de obesidad infantil en los países latinoamericanos, lo que permite monitorear la situación y los progresos.

Por otro lado, la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) ha analizado el impacto de la obesidad infantil en el desarrollo económico y social de la región. En su informe "Obesidad en niños y adolescentes: Nueva área de prevención y políticas públicas" (CEPAL, 2020), examina "la relación entre la obesidad infantil y factores como la pobreza, la desigualdad y la inseguridad alimentaria".

Varios países latinoamericanos también han desarrollado informes y planes de acción nacionales para abordar la obesidad infantil. Por ejemplo, México cuenta con la "Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes" (SSY, 2013), que incluye acciones específicas para la población infantil. En Chile, se ha implementado



el "Plan de Acción para la Prevención de la Obesidad Infantil 2018-2025 (Rocha, 2018), que aborda factores como la alimentación saludable, la actividad física y la educación nutricional.

Organismos internacionales como la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) también han publicado informes y estudios sobre la obesidad infantil en América Latina y el Caribe. Estos documentos analizan la situación regional, identifican factores de riesgo y proponen recomendaciones para abordar esta problemática desde un enfoque multisectorial.

Estos informes y estudios han sido fundamentales para comprender la magnitud del problema de la obesidad infantil en Latinoamérica, analizar sus causas y consecuencias, y proponer estrategias y políticas públicas efectivas para su prevención y control. Además, han contribuido a sensibilizar a los gobiernos y a la sociedad sobre la importancia de abordar este desafío de salud pública de manera integral y coordinada en la región.

En Cuba, el tema de la obesidad infantil también ha sido objeto de estudio e informes por parte de instituciones y organizaciones nacionales. Aunque la información disponible es más limitada en comparación con otros países de la región, existen algunos informes relevantes:

El Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos (INHA) de Cuba ha realizado investigaciones sobre la prevalencia de la obesidad infantil en el país. En un informe de 2011, el INHA señaló que alrededor del 14% de los niños cubanos entre 6 y 11 años presentaban sobrepeso u obesidad (Rivas y de la Noval, 2021).

Además, para los autores anteriores, el Ministerio de Salud Pública de Cuba ha reconocido la obesidad infantil como un problema de salud pública y han valorado el "Programa Nacional de Prevención y Control de la Obesidad" para abordar esta cuestión. Como parte de este programa, se han realizado estudios y evaluaciones periódicas sobre el estado nutricional de



la población infantil cubana. Así mismo, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) publicaron un informe conjunto sobre la situación de la obesidad infantil en Cuba. El informe destacó que, si bien las tasas de desnutrición infantil habían disminuido significativamente en el país, el sobrepeso y la obesidad infantil se habían convertido en un desafío emergente (Torres y Herrera, 2021).

Otro informe importante es el "Estudio de la situación de la nutrición en Cuba" publicado por la Oficina Nacional de Estadísticas e Información (ONEI) en 2018. Este informe incluyó datos y análisis sobre la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes cubanos, así como sus factores asociados (Fernández et al., 2020)

Aunque la información disponible puede ser más limitada en comparación con otros países de la región, estos informes han contribuido a reconocer y abordar el problema de la obesidad infantil en Cuba. Sin embargo, sigue siendo un desafío que requiere esfuerzos continuos por parte de las autoridades sanitarias y educativas para promover hábitos alimentarios saludables y estilos de vida activos desde la infancia.

Material y métodos

Para la realización del artículo se utilizó la siguiente metodología:

- **Métodos de nivel teórico:** Esta distinción sugiere que la investigación se basa tanto en la teoría existente como en la evidencia empírica recopilada. Esto es crucial para garantizar una comprensión integral del fenómeno de la obesidad infantil, ya que combina la información teórica con la observación práctica.
- **Método analítico-sintético:** Este enfoque implica descomponer el problema en sus componentes para comprenderlo mejor (análisis) y luego sintetizar esta comprensión en una



visión más completa del fenómeno (síntesis). Es particularmente útil para comprender las causas, consecuencias y posibles soluciones para la obesidad infantil.

Métodos de nivel empírico:

- Estudio documental y revisión bibliográfica: Estos métodos implican la búsqueda y revisión exhaustiva de la literatura existente sobre obesidad infantil. Esto es fundamental para contextualizar el problema dentro del conocimiento previo y para identificar lagunas en la investigación existente.
- Recopilación de datos estadísticos: La inclusión de datos estadísticos proporciona una base cuantitativa sólida para la investigación. Esto no solo ayuda a comprender la prevalencia y las tendencias de la obesidad infantil, sino que también puede respaldar el análisis de correlaciones y tendencias a lo largo del tiempo.
- Enfoque integral y multidisciplinario: La combinación de diferentes métodos y enfoques disciplinarios es esencial para abordar la complejidad de la obesidad infantil. Al integrar perspectivas desde la medicina, la psicología, la nutrición, la sociología y otras disciplinas relevantes, se puede obtener una comprensión más completa del problema y desarrollar intervenciones más efectivas.

Desarrollo

El exceso de peso infantil se ha convertido en un grave problema de salud pública que afecta a un gran porcentaje de niños y adolescentes en España. Según las estadísticas, la prevalencia de sobrepeso y obesidad en este grupo etario se sitúa en torno al 33% entre los 5 y 19 años, y alrededor del 40% entre los menores de 6 a 9 años. Estas cifras tan alarmantes representan un alto riesgo para la salud de los menores, ya que el exceso de peso en la infancia se asocia con numerosas complicaciones y comorbilidades, algunas de las cuales pueden manifestarse incluso de forma prematura.



Ante esta preocupante situación, cobra especial relevancia el análisis de los estilos de vida y las prácticas relacionadas con la alimentación, el sedentarismo y la actividad física, que juegan un papel fundamental en el desarrollo del exceso de peso infantil. Tradicionalmente, estos factores han sido abordados desde una perspectiva individual, atribuyéndolos a las elecciones y creencias personales en materia de salud. Sin embargo, esta visión suele ignorar que las creencias y las decisiones individuales están fuertemente influenciadas por el entorno cultural, social e institucional en el que se desarrollan.

En contraposición a esta perspectiva, existen enfoques alternativos que destacan la importancia de la dimensión colectiva de los estilos de vida saludables. Desde esta óptica, los estilos de vida se conciben como patrones y formas de vida expresados en el marco de contextos específicos, y, por lo tanto, deben analizarse teniendo en cuenta las influencias sociales, las expresiones colectivas y las intervenciones institucionales que contribuyen a moldear la estructura de oportunidades que facilita o dificulta la incorporación de prácticas relacionadas con la salud.

Es decir, los estilos de vida no se desarrollan de forma aislada, sino que están influenciados por factores sociales, culturales y ambientales que pueden promover o dificultar la adopción de hábitos saludables. Por ejemplo, la disponibilidad y accesibilidad de alimentos nutritivos, la existencia de espacios seguros para la actividad física, las normas culturales en torno a la alimentación y el movimiento, las políticas públicas de promoción de la salud, entre otros, son aspectos que inciden directamente en las decisiones y comportamientos individuales.

Por lo tanto, para abordar de manera efectiva el problema del exceso de peso infantil, es fundamental considerar no solo las intervenciones dirigidas a modificar las conductas individuales, sino también aquellas que buscan transformar el entorno social, cultural y



ambiental en el que se desarrollan los niños y adolescentes. Esto implica la implementación de estrategias integrales que involucren a diversos actores sociales, como las familias, las instituciones educativas, las autoridades sanitarias, los medios de comunicación y la sociedad en general, con el objetivo de crear entornos que faciliten y promuevan la adopción de estilos de vida saludables desde una perspectiva colectiva y comunitaria.

Tabla 1. Valoración general de los artículos analizados

Artículo	Autores	Consideraciones
Obesidad Infantil: repercusiones post-pandemia y el factor escuela	Almonacid y González, 2022	Analiza el impacto de la pandemia de COVID-19 en el aumento de la obesidad infantil y el rol de las escuelas en su prevención.
Beneficios del ejercicio físico en niños y niñas con sobrepeso y obesidad en Neiva-Huila, Colombia	Audor et al., 2022	Destaca los beneficios del ejercicio físico en niños con sobrepeso y obesidad en una región colombiana.
Efecto de los juegos pequeños en la obesidad de los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa Particular Dr. Camilo Gallegos en el periodo lectivo 2022-2023	Boza, 2022	Evalúa el efecto de los juegos pequeños en la obesidad infantil en un centro educativo particular.
La obesidad infantil como prioridad sanitaria. Pautas en la mejora del control de peso	Ortega et al., 2022	Aborda la obesidad infantil como una prioridad de salud pública y propone pautas para mejorar el control de peso.



Obesidad infantil y adolescente:	Validivia y	Analiza la importancia de la
Educación en salud frente a la pandemia	Samillán,	educación en salud para prevenir la
Covid-19	2022	obesidad infantil y adolescente en el contexto de la pandemia de COVID-19.
Estrategias de Atención Primaria en salud en cinco países latinoamericanos	Torres y Herrera, 2021	Revisa las estrategias de atención primaria en salud para abordar la obesidad infantil en cinco países latinoamericanos.
Plan de acción para la prevención de accidentes aéreos en instrucción de vuelo desde el sistema de clasificación y análisis de factores humanos (HFACS), asociados a la aviación comercial en Colombia como contribución a la seguridad operacional	Rocha, 2018	No está relacionado con la obesidad infantil.
Obesidad infantil y métodos de intervención	Vinueza, et al., 2022	Examina diferentes métodos de intervención para prevenir y tratar la obesidad infantil.
Obesidad en Cuba y otras regiones del Mundo. Consideraciones generales y acciones nacionales de prevención	Rivas y de la Noval 2021	Analiza la obesidad infantil en Cuba y otras regiones del mundo, así como las acciones nacionales de prevención.



Enfoque intersectorial y responsabilidad social universitaria en la gestión del conocimiento sobre actividad física y salud	Nieves et al., 2020	Aborda el enfoque intersectorial y la responsabilidad social universitaria en la gestión del conocimiento sobre actividad física y salud, relacionado con la prevención de la obesidad infantil.
Obesidad infantil en la era de COVID: La epidemia dentro de la pandemia	Mogrovejo y Bermúdez, 2022	Examina el aumento de la obesidad infantil durante la pandemia de COVID-19 y la considera una "epidemia dentro de la pandemia".
Factores determinantes en la desnutrición infantil en San Juan y Martínez, 2020	Fernández et al., 2022	Se enfoca en los factores determinantes de la desnutrición infantil en una región específica.

Fuente: elaboración propia

Los estudios anteriores plantean algunas consideraciones relevantes en relación a los programas de intervención para abordar el exceso de peso infantil y la obesidad. En primer lugar, se señala que, aunque la malnutrición por exceso es un problema extendido a nivel global, los programas de intervención descritos se concentran principalmente en regiones más desarrolladas. Esto puede generar un sesgo al momento de transferir los resultados a otros contextos donde están presentes factores socioculturales específicos, como valores y prácticas que inciden en el abordaje de la obesidad. Por lo tanto, atender a la pertinencia cultural se presenta como un desafío para la replicabilidad de estas intervenciones en diferentes contextos.



En cuanto a los aspectos metodológicos, se advierte un énfasis en los diseños de investigación con control estricto de variables, con el objetivo de cautelar la validez interna de los resultados. Los ensayos clínicos, por ejemplo, implican un esfuerzo en la aleatorización y control de variables confesoras, lo cual constituye un paso importante en la evaluación de la eficacia de las intervenciones. Sin embargo, en programas implementados en contextos naturales, no es posible el control estricto de variables, por lo que los desafíos se orientan a diseñarlos en función de una sólida evidencia teórica y mecanismos de evaluación rigurosos.

En este sentido, el texto señala que casi dos tercios de las intervenciones revisadas no presentan o no reportan antecedentes teóricos a la base de su diseño y fundamentación. Esta ausencia de referentes teóricos ha sido reportada previamente y, a pesar de que existe un amplio cuerpo de conocimientos sobre el cambio conductual en salud, persiste un distanciamiento entre la teoría y su aplicación práctica.

En resumen, se destaca la importancia de considerar la pertinencia cultural al momento de implementar programas de intervención para abordar el exceso de peso y la obesidad infantil, ya que los factores socioculturales pueden influir en la efectividad de estas iniciativas. Además, resalta la necesidad de fortalecer los aspectos metodológicos, tanto en términos del control de variables como en la fundamentación teórica sólida que sustente el diseño de las intervenciones. Finalmente, se enfatiza la brecha existente entre la teoría y la práctica en este ámbito, lo cual representa un desafío a abordar para mejorar la efectividad de los programas de intervención.

En cuanto a las variables de resultado, se destaca que las intervenciones privilegian variables objetivas, siendo las más empleadas las medidas antropométricas, principalmente el índice de masa corporal (IMC). Esto evidencia que la mayoría de los programas se focalizan predominantemente en la reducción del peso corporal.



Sin embargo, es importante considerar que las variables de resultado también deben centrarse en la modificación de la dieta o la adopción de otras conductas saludables que no necesariamente impactan directamente en el estado nutricional, especialmente cuando las intervenciones son breves. Además, no se debe soslayar el efecto en variables psicológicas, como la autoestima, la percepción de autoeficacia y la adaptación escolar, ni en indicadores metabólicos y de riesgo cardiovascular, que pueden ser especialmente sensibles al cambio conductual. Lo anterior permitiría prevenir los potenciales efectos negativos de una excesiva focalización en el peso corporal, como la discriminación por razones de peso o el centrarse excesivamente en la apariencia corporal en lugar de en la salud y el bienestar.

Respecto a la duración de las intervenciones, se percibe como una limitación el hecho de que la mayoría de ellas tienen una duración menor o igual a 6 meses, ya que existe evidencia de que los tratamientos con una duración superior a los seis meses presentan mayor efectividad en la pérdida de peso corporal. Esto supone desafíos en cuanto a la adherencia de los participantes, una limitación reconocida en los estudios analizados, y que implica gestionar el soporte de recursos financieros y humanos a los programas, así como contar con el apoyo político, particularmente en el caso de intervenciones en contextos escolares o comunitarios.

Finalmente, se destaca que las intervenciones se caracterizan por ser multicomponentes, es decir, emplean estrategias combinadas, siendo las más frecuentes las de nutrición y actividad física. Existe evidencia respecto de las ventajas de aproximarse al fenómeno de la obesidad de manera comprensiva e incluir, por ejemplo, componentes psicosociales y contextuales que impliquen al niño y su entorno más extendido.

Finalmente hay que destacar que se enfatiza la importancia de considerar variables de resultado más allá del peso corporal, la necesidad de intervenciones de mayor duración para lograr efectos más sostenidos, y la relevancia de adoptar enfoques multicomponentes que



aborden de manera integral los diversos factores involucrados en el exceso de peso y la obesidad infantil.

Conclusiones

Existe un creciente interés en la investigación y aplicación de intervenciones basadas en la evidencia para prevenir y tratar la obesidad infantil. Estas intervenciones incluyen enfoques multicomponentes que combinan la promoción de hábitos alimentarios saludables, el fomento de la actividad física y el abordaje de factores psicosociales y contextuales. Sin embargo, se requiere una mayor articulación entre la teoría y la práctica, así como una evaluación rigurosa de la efectividad y replicabilidad de estas intervenciones en diferentes contextos socioculturales.

Existe un reconocimiento creciente de la necesidad de adoptar enfoques intersectoriales y de responsabilidad social para abordar de manera efectiva la obesidad infantil. Esto implica la participación activa de diversos sectores, como el gobierno, las instituciones educativas, las organizaciones comunitarias y el sector privado, trabajando de manera coordinada y colaborativa para crear entornos propicios para la adopción de estilos de vida saludables en la infancia y la adolescencia.

Finalmente hay que destacar que, la revisión de los artículos científicos destaca la magnitud y complejidad del problema de la obesidad infantil, así como la necesidad de implementar estrategias integrales, basadas en la evidencia y con un enfoque intersectorial y de responsabilidad social para abordarlo de manera efectiva y sostenible.

Referencias Bibliográficas

Almonacid-Fierro, A., & González-Almonacid, J. (2022). Obesidad Infantil: repercusiones post-pandemia y el factor escuela. *Andes pediatrica*, 93(3), 440-441.



- Audor González, M. H., Lerma Castaño, P. R., & Roldán González, E. (2022). Beneficios del ejercicio físico en niños y niñas con sobrepeso y obesidad en Neiva-Huila, Colombia. *Revista Médica de Risaralda*, 28(1), 6-11.
- Boza Contreras, A. J. (2022). *Efecto de los juegos pequeños en la obesidad de los niños de 5 a 8 años, en la Unidad Educativa Particular Dr. Camilo Gallegos en el periodo lectivo 2022-2023* (Bachelor's thesis, BABAHOYO: UTB, 2022).
- Carmona-Rosado, L., & Zapata-Moya, Á. R. (2022). Los esfuerzos preventivos de las comunidades autónomas y la desigualdad socioeconómica en la obesidad o el sobrepeso infantil. *Gaceta Sanitaria*, 36(3), 214-220.
- Cepal, N. U. (2020). América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales.
- de la Salud, A. M. (2019). *Informe sobre los resultados de la OMS: presupuesto por programas 2018-2019: examen de mitad de periodo* (No. A72/35). Organización Mundial de la Salud.
- Fernández-Martínez, L. C., Sánchez-Ledesma, R., Godoy-Cuba, G., Pérez-Díaz, O., & Estevez-Mitjans, Y. (2022). Factores determinantes en la desnutrición infantil en San Juan y Martínez, 2020. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 26(1).
- Mogrovejo, L. G. B., & Bermúdez, V. J. (2022). Obesidad infantil en la era de COVID: La epidemia dentro de la pandemia. *Revista Latinoamericana de Hipertensión*, 17(2).
- Morales, A. V. V., & Samillan, V. J. (2022). Obesidad infantil y adolescente: Educación en salud frente a la pandemia Covid-19. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 42(01).
- Murga-Menoyo, M. Á. (2018). La Formación de la Ciudadanía en el Marco de la Agenda 2030 y la Justicia Ambiental. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 7(1).



- Nazar-Carter, G., Sáez-Delgado, F., Maldonado-Rojas, C., Mella-Norambuena, J., Stuardo-Álvarez, M., & Meza-Rodríguez, D. (2022). Intervenciones en obesidad infantil. Una revisión sistemática de la literatura. *Hacia la Promoción de la Salud*, 27(1), 213-233.
- Nieves, Y. F., Costa, J. C., Bueno, M. L., García, A. R. R., Jiménez, J. B., & Anoceto, M. M. (2020). Enfoque intersectorial y responsabilidad social universitaria en la gestión del conocimiento sobre actividad física y salud. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 34(2).
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Salud Adolescentes. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Organización Panamericana de la Salud. (2014). Plan de acción para la prevención de la obesidad en la niñez y la adolescencia.
- Servicio de salud de Yucatán. (2012). EL, P. L. P. Y. ESTRATEGIA ESTATAL PARA LA PREVENCIÓN Y EL CONTROL DEL SOBREPESO, LA OBESIDAD Y LA DIABETES. En: blob:chrome-extension://mhnlgilnojmhinhkckjpncpbhabphi/88de8557-9ab9-4188-a2bb-1439210e1a01
- Rivas Estany, E., & de la Noval García, R. (2021). Obesidad en Cuba y otras regiones del Mundo. Consideraciones generales y acciones nacionales de prevención. *Anales de la Academia de Ciencias de Cuba*, 11(1).
- Rocha Castillo, S. (2018). Plan de acción para la prevención de accidentes aéreos en instrucción de vuelo desde el sistema de clasificación y análisis de factores humanos (HFACS), asociados a la aviación comercial en Colombia como contribución a la seguridad operacional.



- Torres, I. L. R., & Herrera, R. D. J. G. (2021). Estrategias de Atención Primaria en salud en cinco países latinoamericanos. *AVFT–Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(7).
- Vinueza, V. E. P., Tisalema, H., Gavilanez, R. I. A., Cunalata, E. I. J., Carrión, A. A. M., & Aguilar, A. D. S. (2022). Obesidad infantil y métodos de intervención. *Dominio de las Ciencias*, 8(1), 14.

