

8. COMPONENTES DEL PROGRAMA VIDA SANA

Componente 1

Intervenciones en niños y adolescentes de 6 a 19 años: Criterios de inclusión: Considera atención integral en atención primaria para niños, niñas y adolescentes con los siguientes criterios:

- IMC \geq percentil 95 para edad y sexo,
- PC \geq percentil 90 NANHES III,
- Al menos uno de los siguientes antecedentes en padre, madre, hermanos o abuelos:
 - o Obesidad
 - o Dislipidemia
 - o DM2
 - o Infarto al miocardio o accidente vascular encefálico antes de los 55 años.

Estrategia

4 meses de intervención, con un control tardío al 6º, 9º y 12 meses post intervención.

- Atención individual (médico, nutricionista, psicólogo).
- Intervención grupal (nutricionista, psicólogo).
- Sesiones guiadas de actividad física a cargo de un profesor (a) de educación física, terapeuta de actividad física, kinesiólogo (a) y/o derivación a gimnasio.

Componente 2

Intervención en adultos de 20 a 45 años que cumplan con los criterios de inclusión.

Considera atención integral en atención primaria para adultos según los siguientes criterios:

- IMC \geq 30 u obesidad abdominal y uno o más de los siguientes factores de riesgo:
 - o Intolerancia a la glucosa,
 - o Alteración lipídica
 - o Pre hipertensión
 - o Antecedentes de padre, madre o hermano con DM2

Estrategia

- 4 meses de intervención, con un control tardío al 6º, 9º y 12 meses post intervención.
- Atención individual (médico, nutricionista, psicólogo)
- Intervención grupal (nutricionista, psicólogo)
- Sesiones guiadas de actividad física a cargo de un profesor (a) de educación física, terapeuta de actividad física, kinesiólogo(a) y/o derivación a gimnasio.

Intervención en obesidad en niños, niñas, adolescentes y adultos

Propósito

Contribuir a la disminución de los factores de riesgo cardiovascular asociados al síndrome metabólico en la población intervenida, aportando a la prevención de enfermedades no transmisibles.

Objetivo General

Implementar estrategias de intervención en personas con condiciones de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles en la atención primaria de salud.

Objetivos Específicos

1. Reducir 5% o más del peso inicial en personas entre 19 y 45 años o al menos frenar la tendencia al aumento de peso.
2. Mejorar condición nutricional en términos de categorización del Índice de masa corporal (IMC o Z score de IMC) y perímetro de cintura (PC).
3. Mejorar condiciones en:
 - a. Pre-hipertensión arterial.
 - b. Dislipidemia.
 - c. Intolerancia a la glucosa.
4. Mejorar la condición física, en términos de capacidad funcional muscular y aeróbica.