

Resum de la Jornada ""Sedentarismo y malos hábitos alimentarios: El mal de este siglo"

Donostia, 28 de juny

Antoni Heras va ser el primer ponent de la Jornada el qual va fer cinc cèntims de què és la prescripció i de com treballem a l'Atenció Primària.

Després, Gonzalo Grandes, epidemiòleg basc d'Atenció Primària, va parlar de la investigació PEPAF, i va concloure que el consell per si sol no té molta efectivitat en la duració de l'increment d'activitat física en la població. Que cal fer un bon seguiment de la gent per arribar a diferències estadísticament significatives quant al manteniment de la conducta d'increment d'activitat física. I que les condicions del centres d'Atenció Primària no són les adequades, que s'hauria d'adaptar l'organització per poder implantar programes com el PEPAF. Però també a nivell de l'entorn social de les persones.

A continuació va parlar Patxi Ezkurra, metge de Primària de Zumaia i integrant del grup de la diabetis GEDAPS. Ens va explicar com es passa de l'obesitat a la DM2, el procés metabòlic i hormonal que es produeix a les persones obeses, de la síndrome metabòlica i de la seva reversibilitat quan es canvien els estils de vida.

Finalment, una col·lega infermera, Teresa del Hierro, de l'Hospital de Txagorritxu, va parlar de la intervenció educativa en els hàbits alimentaris, de l'estudi nacional PREDIMED, sobre els beneficis de la dieta mediterrània, amb 12.150 pacients amb alt risc vascular, per la prevenció primària de la morbimortalitat cardiovascular.

Després vam fer un descans, i seguidament va intervenir María Dolores Marrodán, biòloga i professora d'Antropologia de la Univeristat Complutense de Madrid. Va exposar l'epidemiologia dels trastorns del comportament alimentari. Un estudi que van fer amb adolescents espanyols i argentins va concloure que la insatisfacció amb la pròpia imatge era un factor predisponent d'aquesta malaltia, essent això útil per fer un diagnòstic precoç.