

*X. Pediatría Topaketak.*  
Durangon,  
2016ko urriaren 27an

*X Reunión Pediátrica.*  
Durango,  
27 de octubre de 2016

Urriaren 27an “X. Pediatría Topaketak” ospatu ziren Durangon.

Urtero bezala, arratsalde batez haurren osasunarekin zerikusia duten gaiak jorratu ziren oraingoan 4 hitzaldiz osatutako mahaian, ahozko komunikazio bat ere aurkeztu zelarrik. Ohi den bezala euskeraz.

Lehenengo hitzaldia Pilker-Loczy metodologia ezagutu, ikerketa egin eta praktikan jarri duten Ion Navarro eta Edurne Lekunberriren eskutik “Garapen motorea eta mugimendu askea” izan zen. Pilker-Loczy metodologiak, jaiotzen denetik haurraren garapen motore askea aldarrikatzen du, haurrari bere kabuz eta kanpoko laguntza gabe mugitzen utzi behar zaio, “utzi egiten”. Postura batetik bestera aldatzea bere kabuz lortzea eta haur bakoitzaren erritmoa errespetatzea haurraren zihurtasuna, autoestimua eta autonomia bultzatzea du helburu.

Bigarren gaia Txabi Txakartegi pediatriaren eskutik etorri zen. Txabi gure lankideak, Lehen Mailako Arretako pediatriako kontsultan gainpisu eta obesitateari buruz egindako ikerketan oinarritu den bere doktore tesiaren emaitzak ezagutzera eman zituen. “Bidera al dezakegu umearen pisuaren gorantzko joera Lehen Mailako Arretako kontsultatetik?” izenburupean argi erakutsi zuen pediatriako kontsultan, interbentzio jarraitu batek eragin nabaria duela interbentzio ezarekin alderatuta.

Jakin badakigu obesitatea eta gainpisua prebenitzeko haurtzarotik hasi eta bizi-estilo osasungarriak bultzatu behar direla, elikadura eta ariketa fisikoa horren zutabe nagusiak direlarik. Luix Mari Zulaikak, Hezkuntza eta Kirol fakultateko irakasle denak, dibulgazio mailan ez ezik hainbat gizarte eragilerek elkarlanean haurtzaroan kirolak leku pribilegitua izan dedin lan egiten ari da. “Pediatriako kontsultan bizi-estilo aktiboa eta jarduera fisikoa sustatzeko errezetak” ekarri zizkigun mahai gainera.

Pediatriak, osasun eragile garen neurrian, ebidentzia zientifikoan oinarritutako aholkua ematen saiatzen gara. Ebidentzia eskuan dugula oso tinkoak izaten gara pazienteari, gure kasuan haurra eta gurasoei, informazioa eta honekin batera aholkua emateko orduan.

Nahiz eta informazioa bereganatu, bizi ohiturak aldatzen ez direla eta behar bada komunikazio tresna eraginkor baten falta behin eta berriz sumatu ondoren, Aritz Anasagastirengana jo gendun komunikazio tresna berri baten bila. Aritz, adimen emozionalaren munduan binkulazio emozional kontzientearen metodologia lantzen ari da. “Gizakion hamar motibazioak” izenburupean, motibazioa lortzeko gakoa zein den azaldu zuen. Teoria honen arabera, nahiz eta jakin badakigun zer aholku eman, ezagutza utzetik barik komunikazioa emoziotik emoziora abiatzea ezinbestekoa da benetako motibazioa lortzeko, beraz, transmitzen dugun emozioa izango litzateke gakoa.

Hitzaldien ondoren ahozko komunikazioa bakarria Eneritz Lizarralde pediatriak eta Ainhoa Iburguren erizainak, Mendaroko ospitalean, gainpisua eta obesitatea duten haur eta euren familiei zuzendutako “Haurrak mugimenduan” programaren inplantazioaren lehenengo emaitzak erakutsi zizkiguten.

#### AHOZKO KOMUNIKAZIOAK

“HAURRAK MUGIMENDUAN” PROIEKTUA ESI DEBABARRENAN. LEHENENGO DATUAK. **E. Lizarraldearistain<sup>1</sup>, L. Herrero<sup>1</sup>, A. Iburguren<sup>1</sup>, E. Martínez<sup>1,2</sup>, J. Arrate<sup>1,2</sup>, L. Gravina<sup>2</sup>.** <sup>1</sup>Mendaro Hospitalea, OSI-debabarrena, Osakidetza. <sup>2</sup>Leioako erizaintza atala, Medikuntza eta Erizaintza Fakultatea. UPV/EHU.

**Helburua:** Gure eskualdeko 7 eta 12 urte arteko neska-mutilen gehiegizko pisua eta obesitatearen tratamendu integral bat egitea, hau da, haurren zein familia osoaren bizi-estiloa aldatzea, nutrizioa eta emozioak landuz.

**Metodoa:** 2014. urtean eskualdeko ambulatorio zein ospitaleko kanpo kontsultatik hautagaiak batzen hasi ziren, geroztik era jarrai batean egin da bilketa. Sartzeko irizpideak: Adina: 7-12 urte, bi horiek barne; gehiegizko pisua (GMI >1DS) eta obesitatea (GMI >2DS), adinari eta sexuari dagokion pisua aintzat hartuta; patologia organikorik ez izatea (analitika bat edukitzea azken urtean); familiek arazoaren kontzientzia hartu izatea eta parte hartzeko aukera eta gogoia izatea.

Jasotako datu antropometrikoak (hasieran, 6. astean, bukaeran eta jarraipen saioetan): pisua, altuera, gorputz-masa indizea (GMI), gorputz-masa indizea DS, gerri eta aldaka neurriak eta tentsioa. Bestalde, parte hartzaileek programa hasieran eta bukaeran test psikologiko eta nutrizional batzuk (test SIC, INTA, IDER, elikadura mediterranea) betetzen dituzte. Programa 2015eko irailean jarri genuen martxan, 12 asteko iraupena du eta ondoren jarraipen saioak egiten dira hilabete, 3 hilabete, 6 hilabete, 9 hilabete, 12 hilabete eta 24 hilabetetara. 4 taldeetan inplantatu dugu: 2 talde 2015eko irailetik abendura eta beste 2 talde 2016eko apiriletik ekainera.

**Emaitzak:** 25 ume eta familia parte hartu dute, %68a (17) mutilak izan dira eta bataz-besteko adina 10,4 urte. Umeen artean % 28ak gehiegizko pisua eta % 72ak obesitatea zuten, hauetatik, %44,5 (8/18) obesitate larria. Programa bukatzean parte hartu duten umeen % 92ak GMI jaitsi zuten, honen media +3 DStik 2,5 DSra jeitsi da. Obesitatea zuten umeen artean %16ak (3/18) gehiegizko-pisua edukitzeraz pasatu ziren eta %28ak (2/7) gehiegizko pisutik normaltasunera. Lehenengo jarraipen saioan datu hauek umeen %72,3an mantendu edo hobetu egin ziren (13/18). Programa egin ostean, jarra osasuntsuenganako umeen ezagutza era

nabarmen batean ( $p < 0,001$ ) hobetu da, baita ariketa fisikoari eskaintiko ordu kopurua ( $p < 0,05$ ). Bestalde, antsietatea eta depresio ezaugarriak gutxiagotu egin dira nabarmenki ( $p < 0,01$ ) eta umeen autoestimua handitu ( $p < 0,001$ ) egin da.

**Ondorioak:** "Haurrak mungimenduan" programa bukatzean umeen %92ak gorputz masa indizea jaitsi zuen. Lortutako datuak aztertuz umeen bizi-estiloa hobetzen dela ondorioztatu daiteke, euren bizi-kalitatea eta egoera emozionala hobetuz. Jarraipena luzatu egin beharko da ikusteko datu hauek luzaroan mantentzen diren.