



## Carta al Director

### CONFINAMIENTO DOMICILIARIO POR COVID-19 Y GANANCIA PONDERAL EN ESCOLARES Y ADOLESCENTES

Sr. Editor:

La obesidad es un trastorno multifactorial en cuya etiopatogenia están implicados factores genéticos, metabólicos, psicosociales y ambientales. Sin embargo, la rapidez con que se está produciendo el incremento de su prevalencia parece estar más bien en relación con factores ambientales: hábitos alimentarios poco saludables junto a una disminución de la actividad física, condicionada en gran medida por las nuevas tecnologías de la información y comunicación (1,2). Su tratamiento es complejo y con resultados poco alentadores pero, si se aplican estrategias combinadas (educación nutricional, modificaciones dietéticas, mayor actividad física y cambios en los estilos de vida), acaba resultando efectivo (3,4).

El 11 de marzo de 2020, la OMS decretaba el estado de pandemia por COVID-19 y alertaba a todos los países sobre la necesidad de activar mecanismos de respuesta de emergencia para frenar dicha pandemia (5).

El Gobierno aprobó el 14 de marzo de 2020 declarar el Estado de Alarma (Real Decreto 463/2020) en todo el territorio español para afrontar la situación de emergencia sanitaria provocada por la COVID-19, que se prorrogó hasta el día 21 de junio de 2020, con el objetivo de contener la progresión de la enfermedad y preservar la capacidad del sistema sanitario. Durante el periodo establecido se decretó la restricción de la libre movilidad de los ciudadanos, la garantía del suministro de alimentos y productos necesarios para la salud pública, la regulación de la apertura de

la hostelería, la restauración y las actividades culturales, artísticas y deportivas, la prioridad del teletrabajo y la suspensión de la actividad escolar presencial (6).

Este régimen excepcional supuso inicialmente un estricto confinamiento domiciliario que implicaba, por una parte, la supresión de la práctica sistemática de actividades deportivas o ejercicio físico y, por otra, estimulaba la utilización masiva de las nuevas tecnologías (correo electrónico, internet, reuniones virtuales, etc.). Esta singular situación —aunque de manera indirecta— apremiaba el sedentarismo, a la vez que garantizaba la accesibilidad al consumo de alimentos; es decir, propiciaba —como efecto colateral— las condiciones ambientales relacionadas con el incremento de la prevalencia de la obesidad (1,2).

En un grupo de pacientes con obesidad (36 escolares y 54 adolescentes) incluidos en un programa combinado cuyo control sistemático tuvo que interrumpirse como consecuencia del estado de alarma, se ha constatado un incremento significativo del peso corporal y, a pesar de un buen crecimiento lineal, también del IMC entre los meses anteriores (enero, febrero y marzo) y posteriores (julio, agosto y septiembre) al periodo de confinamiento (Tabla I). La ganancia ponderal media en los escolares y adolescentes fue de  $7,5 \pm 3,2$  y  $8,4 \pm 4,2$  kg, respectivamente. En los escolares, la ganancia ponderal fue generalizada mientras que, entre los adolescentes, el 14,8 % perdieron peso.

Es decir, si nos interesase invertir la tendencia hacia la ganancia ponderal durante los periodos de confinamiento domiciliario parcial o total que pudieran imponerse en relación con la pandemia por COVID-19, sería conveniente diseñar estrategias específicas para estos pacientes —incluso podrían contemplar iniciativas de atención domiciliaria— con el propósito de mantener de forma

**Tabla I.** Valores antropométricos antes y después del confinamiento domiciliario

Variables	Enero, febrero y marzo, 2020		Julio, agosto y septiembre, 2020	
	Escolares (n = 36)	Adolescentes (n = 54)	Escolares (n = 36)	Adolescentes (n = 54)
Edad (años)	7,7 ± 1,3	12,6 ± 1,4	8,4 ± 1,4	13,4 ± 1,5
Peso (kg)	43,7 ± 9,2*	76,8 ± 12,3*	51,6 ± 10,8*	85,2 ± 13,7*
Peso (DE)	3,3 ± 1,2	3,5 ± 1,6	3,8 ± 1,3	3,7 ± 1,3
Talla (cm)	129,3 ± 10,7*	158,1 ± 7,6*	134,5 ± 11,7*	164,2 ± 6,7*
Talla (DE)	0,49 ± 0,8	0,6 ± 0,9	0,61 ± 0,7	1,1 ± 0,9
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	25,5 ± 3,2*	30,3 ± 3,8	28,5 ± 3,3*	33,6 ± 3,5*
IMC (DE)	3,9 ± 1,0*	3,8 ± 1,3*	4,5 ± 0,9*	4,4 ± 1,2*

\* $p < 0,005$  (t de Student).

continuada el control sobre las modificaciones dietéticas pertinentes junto a la promoción de la actividad física diaria y los estilos de vida saludables (7).

Teodoro Durá Travé

*Departamento de Pediatría. Facultad de Medicina. Universidad de Navarra. Complejo Hospitalario de Navarra. Servicio Navarro de Salud/Osasunbidea. Instituto de Investigación Sanitaria de Navarra (IdisNa). Pamplona, Navarra*

## BIBLIOGRAFÍA

1. Robinson TN, Banda JA, Hale L, Lu AS, Fleming-Milici F, Calvert SL, et al. Screen media exposure and obesity in children and adolescents. *Pediatrics* 2017;140(Suppl 2):S97-S101. DOI: 10.1542/peds.2016-1758K
2. Zhang G, Wu L, Zhou L, Lu W, Mao C. Television watching and risk of childhood obesity: a meta-analysis. *Eur J Public Health* 2016;26:13-8. DOI: 10.1093/eurpub/ckv213
3. Rajmil L, Bel J, Clofent R, Cabezas C, Castell C, Espallargues M. Clinical interventions in overweight and obesity: a systematic literature review 2009-2014. *An Pediatr* 2017;87:197-212. DOI: 10.1016/j.anpedi.2016.03.012
4. Durá-Travé T, Gallinas-Victoriano F, Urretavizcaya-Martinez M, Ahmed-Mohamed L, Chueca-Guindulain MJ, Berrade-Zubiri S. Effects of the application of a prolonged combined intervention on body composition in adolescents with obesity. *Nutr J* 2020;19:49. DOI: 10.1186/s12937-020-00570-8
5. World Health Organization. WHO Director- General's opening remarks at the media briefing on COVID-19;2020. Disponible en: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19-11-march-2020>
6. Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo. BOE núm. 67. (BOE-A-2020-3692) Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/rd/2020/03/14/463/con>
7. Ammar A, Brach M, Trabelsi K, Chtourou H, Boukhris O, Masmoudi L, et al. Effects of COVID-19 home confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19 International Online Survey. *Nutrients* 2020;12:1583. DOI: 10.3390/nu12061583