

Librería
Bonilla y Asociados
desde 1950



Título: Guía Práctica Contra la Obesidad Infantil

Autor: Dra. Ma. Eugenia A. Ibarzábal Ávila; Dr. José A. Hernández M

Precio: \$220.00

Editorial:

Año: 2020

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 9786078636792

Sabías que los niñ@s con sobrepeso y obesidad se enferman igual o peor que los adultos y cada vez se están encontrando más datos científicos que corroboran estos hechos.

Los niñ@s presentan las mismas enfermedades que sus padres o abuelos con obesidad como diabetes mellitus, hipertensión arterial, problemas vasculares pero a edades más tempranas, alteración del desarrollo físico, implicaciones emocionales y hasta psiquiátricos, en la dinámica familiar, en el desempeño escolar, integración con compañeros y amigos, pueden afectar todas las áreas de la vida del niñ@, es una enfermedad. Cada vez hay más niñ@s en el mundo que la padecen, por eso se considera una epidemia. México es el primer lugar con niños obesos.

Esta guía nos va a enseñar a reconocer los factores que predisponen y favorecen en los niñ@s la presentación de obesidad infantil, así mismo nos va a dar las herramientas para saber si ya está padeciendo sobrepeso u obesidad.

Nos va a enseñar conceptos básicos de alimentación, de que mandar al lunch escolar que muchas veces ya no sabemos que hacerles, como organizar los diferentes tiempos de la alimentación durante el día.

Nos presenta ejercicios mínimos que podemos hacer incluso en casa ante la dificultad de practicar algún deporte o actividad física extraescolar.

Se analiza la repercusión familiar y da lineamientos de abordaje, así como algunos aspectos de la vida emocional del niño y orienta a detectar si esta cursando con algún problema más serio.

Al final hace un pequeño resumen de lo más importante de cada capítulo como un recordatorio de lo que podemos hacer.