



Uno de cada cuatro niños de nuestro país es atendido por un médico no especialista en pediatría

- Según la encuesta realizada por la AEPap sobre la situación de las plazas de pediatría en centros de salud de España 2018, con datos reales del 88% de las plazas, solo en La Rioja, Valladolid, Zaragoza y Zamora el 100% de plazas están ocupadas por médicos especialistas en Pediatría
- Las dietas vegetarianas, veganas y FODMAP (que excluyen algunos alimentos ricos en hidratos y fermentables) son cada vez más consultadas por los padres y precisan un adecuado seguimiento por parte de los pediatras
- Se presentan los decálogos “Consejos para una buena salud digital” y “Decálogo de la Infancia sin humos”, últimos de la serie de decálogos AEPap

Zaragoza, 8 de junio de 2018. – “Conocer la realidad actual de las plazas de pediatría de los centros de salud de nuestro país ha sido el objetivo de nuestra encuesta, dado que no se disponía de datos provincia a provincia que detalla la misma”, ha señalado la **doctora Concepción Sánchez Pina**, presidenta de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap), durante la 14ª Reunión de la AEPap celebrada en el marco del 66º Congreso Nacional de la Asociación Española de Pediatría (AEP) que tiene lugar en Zaragoza.

Según la “Encuesta sobre la situación de las plazas de pediatría en centros de salud de España 2018” elaborada por los pediatras de AP centro de salud por centro de salud, 1 de cada 4 niños en nuestro país es atendido por un médico no especialista en Pediatría, “el porcentaje total nacional de plazas ocupadas por médicos no especialistas en Pediatría es del 25,25%, dándose grandes diferencias entre comunidades, por ejemplo, el porcentaje varía entre el 0% de la Rioja y el y el 48,97% de Baleares”, detalla la doctora Sánchez Pina.

Las 5 autonomías donde, según datos de la AEPap, hay más especialistas de la especialidad de Pediatría y sus Áreas Específicas en los centros de salud del sistema público es en el norte del país: La Rioja (100%), Asturias (98,25%), Cantabria (96,34), Castilla y León (91,58) y Aragón (89,88%).

Las 5 autonomías donde menos especialistas hay, según esta encuesta, son Baleares (51,03%), Castilla La Mancha (58,82%), Madrid (68,56%), Extremadura (69,56%) y Andalucía (70,52%). En cuanto a los datos de Madrid y Castilla La Mancha no son completos.

Hay 13 provincias en las que el porcentaje de especialistas es mayor del 90%:

- La Rioja, Valladolid, Zaragoza y Zamora con el 100% de las plazas con especialistas.
- Asturias 98,25%, Burgos 97,67%, Salamanca 97,27 y Cantabria 96,34%.
- Palencia 94,73%; Ourense 93,75%, Guipúzcoa 93,51, Málaga 92,42 % y Pontevedra 90,70%



Los pediatras de Atención Primaria reiteran la necesidad de prestar especial atención a la situación de la Pediatría de Atención Primaria, ya que según recuerda la doctora Sánchez Pina, *“la edad media de los pediatras es alta, son mayores de 55 años un 40% de los profesionales, y varias CCAA tienen el 25% de los especialistas en pediatría mayores de 60 años”*.

En el caso concreto de Aragón, la situación de la comunidad es algo mejor en comparación con la media nacional, no obstante según explica la presidenta, *“el principal problema en Aragón está en las zonas rurales en las que hay muchos niños que no están siendo atendidos por pediatras. En algunas zonas, como Teruel, casi el 50% de los niños no tiene pediatra asignado”*.

Por otra parte, el informe detalla que en Andalucía no hay enfermería con dedicación exclusiva a los niños, *“lo que supone una importante merma en la calidad asistencial para los recién nacidos, lactantes, niños y adolescentes”*, concluye la presidenta de la AEPap.

En este sentido, la doctora Sánchez Pina ha recordado la [campaña de recogida de firmas Confianza](#) puesta en marcha por la AEPap junto con la Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria (SEPEAP), y cuyo objetivo es exigir a las administraciones que garanticen el derecho de todos los niños y adolescentes a tener un médico especialista en Pediatría en los centros de salud. Hasta la fecha se han recogido un total de 195.443 firmas.

Dietas vegetarianas, veganas y FODMAP en niños y adolescentes

En la rueda de prensa celebrada por la AEPap en el marco del Congreso de Pediatría que se está celebrando en Zaragoza del 7 al 9 de junio, se han abordado también otras cuestiones de actualidad; como las relacionadas con algunos tipos de dietas que cada vez generan más consultas por parte de los padres.

Es el caso de las dietas vegetarianas y, entre ellas las veganas, que se están popularizando como una opción cada vez más frecuente en la alimentación de las familias. Por este motivo, los pediatras han señalado la importancia de que los profesionales sanitarios se familiaricen con este tipo de alimentación para poder proporcionar a los padres que demandan asesoramiento la información más adecuada.

No hay estudios epidemiológicos nacionales que permitan conocer con exactitud la prevalencia de las dietas vegetarianas y veganas, pero se estima que actualmente en Europa el 3-10% de la población adulta es vegetariana.

Las dietas vegetarianas, incluidas las veganas, adecuadamente planificadas y con el asesoramiento de los pediatras de AP, pueden ser saludables en todas las etapas del ciclo vital, incluido el embarazo, la lactancia, la infancia, la niñez y la adolescencia. Así se han pronunciado diversas asociaciones científicas, basándose en la evidencia disponible, no obstante, cuanto más restrictiva es una dieta vegetariana, mayor riesgo conlleva si no se hace bien. *“Por ello, los niños veganos necesitan mayor supervisión profesional que otros menores, especialmente en el periodo de lactante, pues a esta edad son más sensibles a las consecuencias de tomar una alimentación inadecuada, igualmente en la adolescencia”*, explica la doctora Teresa Cénarro, pediatra del centro de salud Sagasta en Zaragoza y presidenta de la Asociación Aragonesa de Pediatría de Atención Primaria.



Seguir una dieta vegetariana adecuada no consiste en excluir sin más los alimentos de origen animal y tomar una alimentación basada solo en frutas y verduras. *“Las legumbres, los frutos secos y los cereales integrales son los pilares básicos de una alimentación que debe asegurar el aporte proteico, el hierro, el calcio, los ácidos grasos omega-3, los oligoelementos y las vitaminas para el crecimiento”*, señala la experta.

Asimismo, *“es fundamental suplir las proteínas animales con otras de origen vegetal de calidad y hacer comidas frecuentes con varios tentempiés al día, además de las comidas principales, para asegurar un aporte calórico suficiente, y tomar un suplemento de vitamina B12”*, explica la doctora Cenarro.

En los últimos años se han popularizado las denominadas dietas FODMAP, aquellas que excluyen los alimentos vegetales ricos en hidratos de carbono y fermentables como, oligosacáridos fermentables, disacáridos, monosacáridos y polioles (cuyas siglas en inglés dan nombre a esta dieta).

Estos alimentos en algunas personas pueden llegar al intestino grueso sin digerirse bien y causar algunos síntomas digestivos. Con esta dieta se pretende reducir la presencia de ciertos alimentos con el objetivo de disminuir o aliviar gases, hinchazón, dolor abdominal o diarrea, entre otros síntomas.

“Estos hidratos de carbono y fermentables se encuentran no solo en alimentos dulces, edulcorados artificialmente o procesados, sino que se están presentes en determinadas frutas (manzana, pera, melocotón), en la miel, zumos y refrescos, en lácteos (leche y derivados), verduras (como la col o la cebolla) y en las legumbres”, explica la doctora Cenarro.

Tabla 2. Alimentos que evitar en la dieta baja en FODMAP⁸

| | |
|-----------------------|---|
| Lácteos | Leche de vaca, cabra y oveja; yogures, helados, queso fresco, quesos tiernos |
| Frutas | Manzana, pera, melocotón, nectarina, albaricoque, paraguay, mango, cerezas, sandía, caqui, ciruelas, pasas, frutos secos, frutas en almibar o enlatadas en su jugo, zumos de frutas, elevada ingesta de fruta |
| Verduras y hortalizas | Alcachofa, espárragos, brócoli, coliflor, coles de Bruselas, champiñones, puerro, ajo, cebolla, guisantes, remolacha, col, hinojo, aguacate. |
| Cereales | Alimentos elaborados a base de trigo y centeno (si se comen en grandes cantidades), como pan, pasta, galletas, cuscús, crackers |
| Legumbres | Lentejas, garbanzos, judías blancas, alubias |
| Edulcorantes | Isomaltosa hidrogenada o isomaltitol, sorbitol, xilitol, manitol, otros edulcorantes acabados en -ol, miel |

El equilibrio nutricional de las dietas es una lógica preocupación de los padres y esto nos lleva a pensar en las consecuencias de restringir alimentos tan saludables como lo citados anteriormente, por ello *“tanto los padres como los propios pacientes deben recibir un buen asesoramiento nutricional y nunca realizar esta dieta sin supervisión médica”*, subraya la pediatra.

No existe evidencia suficiente para recomendar de manera sistemática la dieta baja en FODMAP para el tratamiento del dolor abdominal en Pediatría, si bien *“es una opción que considerar durante periodos cortos de tiempo en determinados pacientes, especialmente si presentan síndrome de intestino irritable”*, aclara la doctora.



“No se recomienda seguir la dieta baja en FODMAP durante largos periodos de tiempo, sino reintroducir los alimentos progresivamente para determinar cuáles provocan síntomas y liberalizar la dieta al máximo. En ocasiones solo es necesaria una discreta reducción de ciertos FODMAP”, concluye la doctora Cenarro.

Decálogo de la “Infancia sin humos” y “Consejos para una buena salud digital”

En la reunión también se han dado a conocer dos nuevos decálogos, como el **“Decálogo de la infancia sin humos”**, que recoge las diez normas básicas sobre los riesgos del tabaquismo en la salud de los niños, y el decálogo de **“Consejos para una buena salud digital”**, realizado en colaboración con la Policía Nacional y la Sociedad Española de Pediatría Social (SEPS).

Los decálogos son un conjunto de documentos en el ámbito de la promoción y educación para la salud, sobre temas relevantes y útiles como el manejo de la fiebre, la tos y catarros en el niño, la promoción de una alimentación sana, las vacunas, uso de antibióticos, entre otros. Se editan en formato de carteles para su difusión desde las consultas de Pediatría de AP y en documento pdf descargable gratuitamente desde la web FamiliaySalud.es.

Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

La Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria se constituye como una Federación de Asociaciones de Pediatras que trabajan en Atención Primaria (AP), de carácter científico y profesional, sin fines lucrativos, que representa a más de 4.000 pediatras de AP en el estado español.

En su seno se encuentran diferentes Grupos de Trabajo sobre diversas materias (Grupo de Prevención en la Infancia y Adolescencia, Grupo de Vías Respiratorias, Pediatría Basada en la Evidencia, Docencia MIR, Cooperación Internacional, Patología del Sueño infanto-juvenil, Grupo de Investigación, Grupo Profesional, Trastorno por déficit de atención e hiperactividad, Grupo de Educación para la Salud, Grupo de Patología Infecciosa, Grupo de Ecografía Clínica Pediátrica, Grupo de Relaciones con Europa y el Grupo de Gastro-Nutrición).

Los objetivos principales de esta Asociación son: promover el desarrollo de la Pediatría en la Atención Primaria, buscar el máximo estado de salud del niño y del adolescente, promocionar su salud, prevenir la enfermedad y facilitar su recuperación en caso de contraerla, fomentar y ejercer la docencia sobre Pediatría de Atención Primaria del pregraduado y postgraduado (Médicos Residentes de Pediatría, Médicos Residentes de Medicina Familiar y Comunitaria y profesionales del ámbito de la Atención Primaria), fomentar y ejercer la investigación, coordinar los diferentes programas sanitarios relacionados con el niño, recoger los problemas e inquietudes relacionados con el ejercicio de la Pediatría de Atención Primaria y representar los intereses de sus socios en el marco de las leyes y ante los distintos organismos (Administraciones Públicas Sanitarias y Docentes, otros órganos o entidades Nacionales o Internacionales), y coordinar con otras asociaciones similares (regionales, nacionales o internacionales) actividades y proyectos encaminados a la mejora de la Pediatría en Atención Primaria.

***Para más información.**

Gabinete de prensa de la AEPap

María Valero/María Díaz
637 556 452 / 610 22 14 10
mariavalerio@berbes.com / mariadiaz@berbes.com

Gabinete de prensa de AEP

Ana Gómez: 664 47 93 18 (agomez@plannermedia.com)
María García: 607 14 17 60
(mgantunez@plannermedia.com)