

Valencia acoge el 64º Congreso de la Asociación Española de Pediatría

Uno de cada cuatro niños valencianos presenta niveles bajos de Vitamina D

- Esta paradoja se produce por la excesiva protección frente los perjuicios del sol.
- Según los expertos, los niños y jóvenes de valencia gozan de una buena salud.
- La obesidad y el sobrepeso, junto a las patologías respiratorias son las principales patologías de los niños de la región.
- Los pediatras recuerdan los beneficios de los platos valencianos típicos.

Valencia, 2 de junio de 2016.- A pesar de residir en una de las regiones de España con mayor número de días soleados al año, el 25% de los niños valencianos menores de dos años presenta niveles de vitamina D por debajo de lo recomendable. Así lo han señalado los pediatras con motivo del **64º Congreso de la Asociación Española de Pediatría** que se celebra del 2 al 4 de junio en Valencia, quienes recuerdan que la salud de los niños y jóvenes de la región es buena y no difiere sustancialmente de la de otras zonas en España. Las patologías respiratorias crónicas y la obesidad o el sobrepeso son las dos enfermedades más prevalentes.

Según explica la **doctora Pilar Codoñer**, presidenta del Congreso y de la Sociedad Valenciana de Pediatría, *“el afán de protección frente a los perjuicios del sol conlleva que también perdamos sus beneficios. En contra de lo que se presupone por vivir en una zona soleada, estamos observando en la población pediátrica un déficit de vitamina D, que es la que se forma en la piel por la acción del sol”*. La vitamina D es necesaria para el metabolismo y el crecimiento, así como para reforzar el sistema inmunitario, entre otras funciones. Por ello, y aunque no se han detectado casos de raquitismo, enfermedad provocada por la falta de vitamina D, los especialistas invitan a hacer más vida al aire libre, pero sin olvidar las medidas adecuadas de protección solar.

En este sentido, el **doctor Antonio Nieto**, vicepresidente de la AEP, señala que los casos de insolación son frecuentes y recuerda algunas recomendaciones básicas para protegerse frente al calor y el sol. *“Los bebés deben llevar gorro, camiseta y filtro solar. Hay que evitar las horas de mucho calor y estar pendientes de una buena hidratación”*. Por otro lado, este especialista señala que otra patología frecuente en la región, son las patologías respiratorias crónicas como el asma, *“ya que se trata de una zona con mucha humedad, bastantes ácaros y pólenes”*, explica.

Los beneficios del arroz con pollo y verduras

Una vez más, los pediatras han defendido los beneficios de la cocina tradicional y la Dieta Mediterránea y advierten de los peligros que conlleva para la salud infantil y juvenil alejarse de ella. En este sentido, destacan el valor de la dieta clásica de Valencia caracterizada por el uso de legumbres -con el arroz a la cabeza-, pescado, aceite de oliva, verduras y frutas –entre los que destacan los cítricos como fuente de



vitamina C- como *“una riqueza económica y de salud de la zona”*, destaca la doctora Codoñer, quien advierte que *“este tipo de alimentación se está perdiendo a favor de una dieta con comidas preparadas con altos índices de grasas saturadas, colesterol y sal”*.

“Más del 20% de los niños españoles presenta obesidad o sobrepeso. Las complicaciones clínicas asociadas por riesgo cardiovasculares asociado, problemas ortopédicos, psicológicos son motivo de preocupación en la comunidad pediátrica, por ello, se ha convertido en una de las principales líneas no solo de atención, sino también de investigación en la especialidad”, subraya la doctora Codoñer. Por su parte, el doctor Antonio Nieto añade la incidencia de obesidad infantil es más elevada en las zonas marginales de menor índice socio cultural.

Por último, la doctora Codoñer subraya la relevancia clínica e impacto social que tienen los problemas neuropediátricos, es decir, los relacionados con el desarrollo intelectual, los niños con problemas del espectro autista o el déficit de atención e hiperactividad, ya que *“necesitan mucho apoyo, tanto de carácter médico como por parte de psicólogos o educadores”*. Así destaca la relevancia de una mayor coordinación entre educación y sanidad como otro de los retos para una mejor salud y calidad de vida de los niños valencianos.

Para más información: **Gabinete de Prensa AEP**

Ainhoa Fernández / Vanessa Barrio Tfno.: 91 787 03 00. Móvil: 663 11 77 02

afernandez@plannermedia.com / vbarrio@plannermedia.com

