



### **F. Notario Herrero**

Pediatra. Unidad de Pediatría y Adolescencia.  
Clínica Ntra. Sra. Del Rosario. Albacete

## Recomendaciones en niños y adolescentes. Calendario vacunal 2013. Academia Americana de Pediatría

Acaba de publicarse en Pediatrics online hace 2 semanas el calendario vacunal de la Academia Americana de Pediatría a través de su Comité de Enfermedades Infecciosas. Por cierto muy parecido al nuestro, también recientemente publicado por el C.A.V de la A.E.P. Importante para nosotros el recuerdo de la vacunación Tdap en los pre-adolescentes de (11-12 años) en el calendario español (11-14 años), así como la vacunación frente al virus del papiloma.

## Esclerosis múltiple en infancia y adolescencia

El día 15 de febrero se celebró en Madrid, en el Hospital Universitario Ramón y Cajal, la primera jornada sobre esclerosis múltiple. El responsable de la Unidad de Esclerosis Múltiple es el Dr. José Carlos Álvarez Cermeño (Servicio de Neurología). El programa recoge intervenciones interesantes, entre ellas: " Como afrontar el diagnóstico de la EM en la infancia y adolescencia" por las psicólogas García de Sola y García Jiménez.

## La pubertad masculina comienza antes de lo que se pensaba

Investigadores de la Academia Americana de Pediatría aseguran que actualmente la pubertad masculina puede debutar hasta dos años antes de lo que se pensaba, según resultados de un estudio de 4.000 niños. El mismo muestra que la media la edad de inicio de la pubertad en niños de raza blanca es de 10,4 años. El estudio publicado en PEDIATRICS confirma lo que ya se había visto en estudios previos en pre-adolescentes de sexo femenino. Los autores llaman la atención de estos aspectos para nuevas estrategias en salud pública.

## Adolescentes fumadores y riesgo de osteoporosis

Los adolescentes fumadores tiene más riesgo de sufrir osteoporosis porque acumulan menos masa ósea. Lo dice un estudio recientemente publicado en el Journal of Adolescent Health. Los investigadores comprobaron que a partir de los 13 años disminuía la tasa de acumulación de masa ósea en cadera y columna según el número de cigarrillos consumidos.

## Relacionan el bisfenol A de los envases con la obesidad en adolescentes

Un estudio de la NYU School of Medicine de Nueva York publicado en la revista JAMA indica que los adolescentes con altos niveles de bisfenol A (BPA) tiene mayor probabilidad de ser obesos. El BPA es un componente de algunos plásticos y se utiliza en envases de alimentos y bebidas. Trabajos anteriores habrían asociado este compuesto con enfermedades como la diabetes.

## Los adolescentes que hacen mas de cuatro comidas al día están más delgados

Un estudio reciente del CSIC reveló que ciertos hábitos saludables, como comer menos pero de forma más frecuente y sin prisas están asociados con una menor cantidad de grasa corporal, al margen de la actividad física que se realice. El estudio liderado por el Instituto de Ciencia y Tecnología de Alimentos y Nutrición (ICTAN), adscrito al CSIC además incide en recomendaciones diarias para el aporte de calcio, vitamina D, riboflavina, etc.

## Promover el ejercicio físico reduce el riesgo de dolor de espalda en adolescentes

Según datos manejados por la fundación KOVACS, entre los 13 y los 15 años, el número de adolescentes que han sufrido un dolor de espalda ya es similar al de los adultos. A esas edades, el 51 % de los chicos y el 70% de las chicas ya han padecido algún episodio de dolor lo suficientemente intenso como para restringir su actividad diaria. De estos datos se desprende que el dolor de espalda es más frecuente en las mujeres debido, sobre todo, a factores hormonales.

## Respuestas correctas

**Calendario vacunal del adolescente:** 1-E, 2-E, 3-E, 4-A, 5-B

**Hipotitoidismo en adolescentes:** 1-C, 2-E, 3-E, 4-B