

[Conmina HNM a promover hábitos alimenticios para prevenir enfermedades](#) [1]



[2]

- **Alertó que el sedentarismo puede ocasionar obesidad e hipertensión en los infantes**

Como parte de las acciones para promover un estilo de vida saludable en el sector infantil, el Hospital del Niño Morelense (HNM) conminó a madres y padres de familia a modificar hábitos de alimentación y fomentar actividad física dentro del hogar.

Especialistas de la unidad recomendaron efectuar actividades para prevenir padecimientos asociados al sedentarismo, como obesidad e hipertensión arterial.

Hicieron un llamado a que, desde el hogar, se procure motivar a los menores de edad a tener un entorno y desarrollo saludable; la hipertensión es una patología no muy frecuente en la población infantil, generalmente se presenta como una comorbilidad secundaria a otros padecimientos.

El HNM diagnostica al año 136 casos de obesidad y pueden desarrollar hipertensión, el grupo de edad más frecuente oscila entre los 10 a 14 años de edad.

Los infantes deben tener acceso a alimentación libre de exceso de sal, azúcar y productos químicos que puedan alterar y dañar su desarrollo; deben consumir frutas, verduras, agua natural y potable, para que se mantengan saludables.

Finalmente, la unidad hospitalaria cuenta con los servicios para brindar atención especializada a la infancia morelense, por lo que es prioritario que los padres se mantengan informados y tomen en cuenta las recomendaciones de salud.



[3]

URL de origen: <https://salud.morelos.gob.mx/node/5332>

Enlaces

[1] <https://salud.morelos.gob.mx/noticias/conmina-hnm-promover-habitos-alimenticios-para-prevenir-enfermedades>

[2] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/principal/image_6483441_17_0.jpg

[3] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/image_6483441_16_1.jpg