

Anexo - Estudios seleccionados considerando el efecto del tratamiento de intervención sobre cambios en la composición corporal, hábitos alimentarios y hábitos de vida saludables

Estudio	Diseño	Tamaño de la muestra inicial (n)	Tamaño de la muestra Final (n)	Edad de los sujetos (años)	Localización	Intervención	Tratamiento	Indicadores obesidad	Cambios composición corporal	Cambios hábitos alimentarios	Cambios hábitos de vida saludables
Tarro <i>et al.</i> 2014 ⁽²⁴⁾	ECA	2350	1939	7-8	Cataluña	AN+AF+TC (8 tópicos de vida cubiertas de 12 actividades (1 h / actividad / sesión) (Escuela+ familia)	28 meses	Prevalencia obesidad Z-IMC IMC Peso y talla Exceso de peso Circunferencia de la cintura Cambios hábitos alimentarios Cambios nivel de actividad física	Prevalencia obesidad: -4,39 % IMC-Z: Niños: -0,04 niñas: -0,01 IMC: Niños: +1,13 kg/m ² niñas: 1,07 kg/m ² Circunferencia cadera: Niños: +6,75 cm niñas: +5,84 cm	% Ingesta cereales desayuno: +4,6 % 2 piezas de fruta/día: 4,3 % +1 verdura/día: +6,3 % Bollería industrial: -2,1 %	AC > 5h/semana: Niños: +7,3 % AC > 3h/semana con padre: +5,6 % AC > 3h/semana con madre: + 4,6 %

Córdova et al. 2012 ⁽³¹⁾	EDT	330	137 (82 niños y 55 niñas)	11-13	Castilla y León	AF (Tres grupos organizados por horas de actividad física) (Escuela)	3 meses	<p>Prevalencia sobrepeso y obesidad</p> <p>Peso y talla</p> <p>IMC</p> <p>Perímetro de la cintura</p> <p>Suma pliegues cutáneos</p> <p>% Grasa corporal</p> <p>% H₂O</p> <p>MLG</p>	<p><i>Grupo SE:</i></p> <p>Prevalencia obesidad: 11,5 %</p> <p>Prevalencia sobrepeso: 21,2 %</p> <p>Peso: 51,5 kg</p> <p>Talla: 157 cm</p> <p>IMC: 22,8 kg/m²</p> <p>Perímetro cintura: 73,2 cm</p> <p>Grosor pliegue cutáneo: 78,9 mm</p> <p>MLG: 77,4 %</p> <p>% Grasa corporal: 22,7 %</p> <p>IMG: 4,7 kg/m²</p> <p>% H₂O: 57 %</p> <p><i>Grupo AC:</i></p> <p>Prevalencia obesidad: 7,4 %</p> <p>Prevalencia sobrepeso: 20,4 %</p> <p>Peso: 48,6 kg</p> <p>Talla: 156 cm</p> <p>IMC: 19,9 kg/m²</p> <p>Perímetro cintura: 71,2 cm</p>	NS	NS
-------------------------------------	-----	-----	---------------------------	-------	-----------------	--	---------	--	---	----	----

									Grosor pliegues cutáneos: 67,3 mm MLG: 79,2 % %Grasa corporal: 19,8 % IMG: 3,95 kg/m ² % H ₂ O: 59,8 % Grupo D: Prevalencia obesidad: 2,4 % Prevalencia sobrepeso: 9,8 % Peso: 46,3 kg Talla: 158 cm IMC: 18,5 kg/m ² Perímetro cintura: 68,5 cm Grosor pliegues cutáneos: 54,2 mm MLG: 82,2 % % Grasa corporal: 17,5 % IMG: 3,25 kg/m ² % H ₂ O: 62,9 %		
Llargués et al. 2011 ⁽²⁹⁾	ECA	704	509 (275 niños y 234 niñas)	5-6	Cataluña	AF + AN (Escuela+familia).	24 meses	IMC Prevalencia obesidad Prevalencia sobrepeso	IMC: + 0,08 kg/m ² Prevalencia obesidad: -0,7 % Prevalencia sobrepeso: +4 %	2 piezas fruta/día: + 20,5 %	Actividades sedentarias: -10,9 %

								Cambios hábitos alimenticios Cambios en actividad física		Comer en la escuela: -17,9 %	Nivel actividad física: + 15,7 % Caminando a la escuela: + 8,3 %
Llauradó <i>et al.</i> 2014 ⁽²⁷⁾	ECA	916	690	7-8	Cataluña	AN+AF+TC (8 tópicos de vida cubiertas de 12 actividades (1 h / actividad / sesión) (Escuela+familia).	22 meses	Prevalencia obesidad y sobrepeso IMC-z IMC % masa grasa Peso y talla Circunferencia cintura Cambios en los estilos de vida saludable Cambios nivel de actividad física.	Prevalencia sobrepeso: NS Prevalencia obesidad: NS IMC-z: NS IMC: NS % Masa grasa: (Niños: + 0,06 %; Niñas: + 1,49 %)	2 piezas fruta/día: +11,1 % +2 verduras/día: 7,4 % +1verduras/día: +9,4 % Fruta/zumo: +8,3 % Sándwich: +10,3 %	AF después de escuela: 0-2h/semana: -6,6 % > 4h/semana: + 11,75 %
Pérez Solís <i>et al.</i> 2015 ⁽³²⁾	ECNA	526	340 (162 niñas y 178 niños)	6-10	Asturias	AN+AF+TC (Escuela+familia).	20 meses	IMC-z Prevalencia obesidad y sobrepeso Perímetro abdominal Hábitos de dieta	IMC-z: -0,12 Prevalencia obesidad: -3,3 %	Mejora índice KIDMED: 0,38 puntos % Alumnos dieta óptima: + 9,7 %	Hábito AF: NS

								Cambios en la actividad física			
Martínez Vizcaíno <i>et al.</i> 2014 ⁽²⁵⁾	ECA	1592	912 (443 niños y 469 niñas)	8-10	Castilla la Mancha	AF (Programa actividad física, 2 sesiones 90min/semana + 1 sesión 150 min/fin de semana) (Escuela+ familia)	10 meses	Prevalencia de obesidad y sobrepeso IMC % Masa grasa Masa libre de grasa Pliegue cutáneo tríceps Circunferencia cintura	Exceso de peso: Niñas: -0,4 %, niños: -2,1 % IMC: Niñas: +0,3kg/m2 niños: +0,1kg/m2 Pliegue cutáneo tríceps: Niñas: +2,5mm niños: +2,5mm % Masa grasa: Niñas: -0,7 %, niños: -0,7% MLG: Niñas: +2,1 kg, niños; +1,7 kg CC: Niñas:+0,3 cm niños: +0,6	NS	NS

Llargués <i>et al.</i> 2012 ⁽²⁸⁾	ECA	704	426	10-11	Cataluña	AN + AF (Escuela+familia)	24 meses	IMC Prevalencia sobrepeso Prevalencia obesidad Cambios dieta Cambios actividad física Cambios hábitos saludables	2 años posteriores a la intervención: Prevalencia obesidad: -3,6 % Prevalencia sobrepeso: +5,3 % IMC: + 1,93 kg/m ²	NS	Actividades sedentarias: NS AF fuera de la escuela: + 28,9 % Ir caminando a la escuela: + 15,6 %
Oliva Rodríguez <i>et al.</i> 2013 ⁽³⁴⁾	EPL	107	107 (54 niños y 53 niñas)	9-15	Andalucía	AN+TC. (Escuela)	6 meses	Peso Talla Adherencia a la Dieta Mediterránea Grado de actividad física y sedentarismo Conocimientos en alimentación y hábitos de vida saludables.	NS	Mejora significativa conocimientos alimentarios (> 0,05)	Mejora significativa conocimientos de hábitos de vida saludable(> 0,05)
Peñalvo <i>et al.</i> 2013 ⁽³⁰⁾	ECA	2062	1957	3-5	Madrid	AF+AN+TC (Escuela+familia)	12 meses	Cambios puntuación KAH en la dieta Cambios puntuación KAH actividad física	NS	CAH-D: +8,19 puntos	CAH-AF: +2,81 puntos CAH-CC: +1,28 puntos

								Cambios puntuación KAH cuerpo humano			
Burguera <i>et al.</i> 2011 ⁽³³⁾	EPL	870	90 (54 niños y 36 niñas)	11-14	Islas Baleares	AF+AN+TC (Tres grupos organizados por horas de actividad física) (Escuela+familia)	6 meses	Peso Talla Prevalencia sobrepeso y obesidad IMC IMC-z Circunferencia cintura % Grasa corporal MLG Fitness test	Grupo 1 (+ de 3h/semana AF): IMC: -0,6 kg/m ² IMC-z: -0,23 Prevalencia sobrepeso: - 8 % Prevalencia obesidad: NS Grupo 2 (-3h/semana AF) IMC: + 0,2 kg/m ² IMC-z: -0,06 Prevalencia sobrepeso: -4,7% Prevalencia obesidad: +4,7% Grupo 3 (No intervención): IMC: -0,4 kg/m ² IMC-z: -0,23	NS	Parámetros fitness: Grupo 1 (+ de 3h/semana AF): Velocidad: -0,05 Agilidad: NS Coordinación: -8,1 Flexibilidad: +2 ,7 Grupo 2 (-3h/semana AF): Velocidad: +0,1 Agilidad: +0,6 Coordinación: +2,2 Flexibilidad: NS Grupo 3: Velocidad: -0,1 Agilidad: +1,1 Coordinación: +2,2

									Prevalencia sobrepeso: -6,3 % Prevalencia obesidad: NS		Flexibilidad: NS
Martínez Vízaino et al. 2008 ⁽²⁶⁾	ECA	1119	1044	9-10	Castilla la Mancha	AF (Programa de actividad física/3 sesiones/90 min/semana Escuela)	6 meses	Peso y talla IMC % Grasa corporal Pliegue cutáneo tríceps % Exceso de peso	%Exceso de peso: Niños: -3 % niñas: -2 % IMC: Niños: +0,4kg/m2 niñas: +0,2 % %Grasa corporal: niños: -0,4 % niñas: -0,6 % Pliegue cutáneo tríceps: niños: -0,7 % Niñas: -1,4 %	NS	NS

ECA: ensayo clínico aleatorizado; AF: actividad física; AN: asesoramiento nutricional; TC: terapia conductual; IMC: índice de masa corporal; EDT: estudio descriptivo transversal; EPL: estudio piloto longitudinal; MLG: masa libre de grasa; SE: sedentario; D: deportes; CC: cuerpo y corazón; AC: activo; D: dieta; CAH: conocimiento, actitudes y hábitos; ECNA: ensayo clínico no aleatorizado; NS: no sabe.