Editorial

Los adolescentes ante el reto de su futuro saludable

The adolescents are facing the challenge of their healthy future

Este número monográfico de nuestra revista SELECCIÓN recoge las ponencias y los resúmenes presentados en el simposio sobre "La importancia de la actividad física, la condición física y la obesidad sobre la salud de los adultos del mañana", celebrado en Granada el 23 de febrero de 2007. Muchas son las razones por las cuales hemos considerado un privilegio poder acoger entre nuestras páginas estos textos.

Sin lugar a duda, la calidad de los ponentes, cada uno de los cuales es un referente a nivel internacional en investigar sobre la salud del adolescente. Muchos de ellos, además, forman parte del Comité Editorial de SELECCIÓN, algo por lo que sólo nos podemos congratular.

Otra razón de peso es el tema elegido. Como venimos diciendo desde hace algún tiempo, los adolescentes han estado poco estudiados, quizás condicionados por estar a medio camino entre la pediatría y la medicina del adulto, por la idiosincrasia particular que no "animaba" a los investigadores a acercarse a ellos, y probablemente también porque no se consideraba que más allá de garantizar un óptimo desarrollo madurativo, físico y psicológico hubiera otros aspectos de interés. Pero de los datos que hemos ido disponiendo nos hemos encontrado con un cuadro bien distinto. Se han observado deficiencias subclínicas de nutrientes, patrones y conductas alimentarias no adecuados, y sobre todo se ha observado que muchos de los factores de riesgo de las enfermedades crónico-degenerativas, que siguen siendo la principal causa de morbilidad y mortalidad, comienzan a establecerse en la adolescencia. Esto significa que la medicina del adolescente va mucho más allá de lo que se conocía hasta la fecha, y que los profesionales en Ciencias de la Salud tenemos un papel destacado por tanto en intentar mejorar el proceso de envejecimiento saludable desde una edad temprana.

De todos los profesionales en Ciencias de la Salud, los profesionales en Ciencias del Deporte van a jugar un papel clave en ese proceso evolutivo (y he aquí la siguiente razón). Según los últimos datos publicados, la práctica de una actividad física regular que conlleva una mejora de la condición física es clave para evitar factores de riesgo como dislipemia, hiperhomocisteinemia, hipertensión, resistencia a la insulina, etc, presentes en adolescentes aparentemente sanos incluso con un porcentaje de grasa corporal aceptable, pero con un bajo nivel de condición física. Por lo tanto, los médicos especialistas en Medicina del Deporte, los Fisiólogos del Ejercicio, los licenciados en Ciencias de la Actividad/Educación Física y del Deporte y demás profesionales relacionados tenemos por un lado que dar a conocer los datos científicos de los que disponemos y por otro reclamar antes las autoridades sanitarias y educativas la toma de medidas que contribuya a mejorar la salud de los adultos del mañana.

Los lectores se preguntarán: ¿Y los adolescentes del título, donde están? Ahí está una de las claves de todo el proceso, saber como transmitirles todos estos conocimientos a unos adolescentes que en muchas ocasiones no alcanzan a ver la repercusión que sus actitudes y comportamientos actuales va a tener sobre su vida adulta. Los proyectos piloto de intervención que hay en marcha, como en el estudio HELENA, esperemos que nos enseñen a cómo dirigirnos de forma adecuada a los adolescentes cuando se trata de dar mensajes relacionados con la salud. Medidas como dar alternativas para emplear de forma saludable el tiempo de ocio, aumentar las horas lectivas de Educación Física en los colegios, y que los alumnos perciban que ésta tiene la misma importancia que las matemáticas, por ejemplo, tal y como se comenta a lo largo de este número, podrían contribuir a acercar el mensaje a los auténticos receptores: los adolescentes.

Marcela González-Gross
Redactora-Jefe de Selección

Jonatan R Ruiz
Secretario del Simposio
Doctor en Ciencias de la Actividad Física
y del Deporte