

## EL PROBLEMA

Uno de cada 3 niños en los Estados Unidos tiene sobrepeso, Esta cifra representa un aumento a más del doble de los niños en los últimos veinte años. La obesidad afecta a diez millones de niños en el país y por lo menos 80,000 solo en Orange County, CA.

## UNA “EPIDEMIA” EN LOS EE.UU.

Con ello ha aumentado el número de niños diagnosticados con enfermedades que antes solo se veían en los adultos, como la diabetes tipo 2, la hipertensión arterial y el alto colesterol. Solo 1% de los niños siguen las normas dietéticas recomendadas. Esta es la generación menos activa físicamente en nuestra historia. La obesidad pediátrica contribuye al asma, irregularidades menstruales, depresión y baja estima personal. Estas dos últimas son muy comunes y persisten de por vida, de no ser tratadas.

## LA SOLUCIÓN

Nuestro Centro provee un programa creado por profesionales para que a través del juego, en un ambiente comprensivo y de apoyo, los niños y sus familias puedan producir un cambio y evitar las serias complicaciones de esta enfermedad crónica.

## NUESTRA MISIÓN

Nuestra misión es darles a los niños y sus padres el poder de bajar y mantener el peso logrado, jugando y aprendiendo.

## PROMOVIENDO EL PESO ADECUADO Y JÓVENES ACTIVOS A TRAVÉS DEL JUEGO

Nuestro objetivo es informar a nuestras comunidades acerca de las estadísticas, estudios y consecuencias que rodean a la obesidad pediátrica y al mismo tiempo ofrecer soluciones prácticas para combatir esta epidemia.



**EL PROGRAMA** tiene sesiones de 2-3 horas por semana por 8 semanas, usualmente fuera de las horas escolares al fin del día o los fines de semana.

La primera mitad de la sesión es una forma entretenida y practica de educación para proveer instrumentos que les permitirá a ustedes crear cambios en su nutrición y en sus conductas. La segunda parte es dedicada a enseñar y entrenarlos físicamente con ejercicios apropiados para sus edades. Sus niños tienen la opción de participar en programas físicos adicionales durante la semana y después de la escuela. Al completar el programa de dos meses, los padres tienen la opción de continuar con sus niños en nuestro programa de mantenimiento, diseñado para mantener e incrementar la educación adquirida durante la sesión inicial. Esto último es altamente recomendado para mantener la pérdida de peso inicial y la elasticidad adquirida con los ejercicios.



## DIRECTOR MÉDICO



Nuestro pediatra es el Dr. Alberto Gedissman. Su prioridad ha sido siempre la salud y el bienestar de los niños. Después de ejercer la pediatría por muchos años en esta comunidad ha decidido a combatir esta epidemia introduciendo este programa a Orange County, CA. y hacerlo conocer local y nacionalmente. Con un equipo compuesto por psicólogos pediátricos, dietistas licenciadas y entrenadores certificados este programa presenta una oportunidad de éxito en la reducción de la obesidad pediátrica y las enfermedades asociadas, sus consecuencias médicas y sociales.

**Nuestro Programa**  
Se puede declarar a los impuestos como gasto médico



[www.leankids.net](http://www.leankids.net)

Publicado en "The Orange County Register", Cox TV, Univision y otros



**WELLNESS CENTER**  
**A. GEDISSMAN, M.D.**

1515 S. Broadway St  
Santa Ana, CA 92707-2253  
Toll free 1 877 532 6543  
Phone 714.919.0280  
Fax 714.288.8970  
Email: [drgedissman@leankids.net](mailto:drgedissman@leankids.net)  
[www.leankids.net](http://www.leankids.net)

Centro de Nutrición,  
Fitness y Bienestar  
A. Gedissman, M.D.

**MANEJO DEL SOBREPESO**  
**PEDIATRICO**  
A TRAVÉS DEL JUEGO



PROMOVIENDO EL PESO ADECUADO Y  
JÓVENES ACTIVOS

