



¿La nutrición de precisión mejora el tratamiento de la obesidad en niños y adolescentes?

Mensaje evaluado “La nutrición de precisión mejora el tratamiento de la obesidad en niños y adolescentes”

Tipo de mensaje: pregunta Cochrane

Fecha: 31.03.2025

Conclusión de la evaluación

La evaluación realizada muestra que la nutrición de precisión podría reducir el peso en los niños de 0-9 años y aumentarlo en los niños y adolescentes de 10-19 años, pero hay mucha incertidumbre.



Otros puntos clave

- Hace falta más investigación en esta área incipiente, con estudios de mayor tamaño, para comprender los efectos de las intervenciones nutricionales personalizadas para tratar la obesidad en niños y adolescentes.

Veracidad del mensaje



Incierto

Resumen Resultados (**efecto observado**) en los **desenlaces** estudiados, **grado de certeza** de los resultados y **conclusión**

 Desenlaces	 Efecto observado	 Certeza	 Conclusión
Niños de 0-9 años			
Peso	Reducción	⊕○○○ Muy baja	La nutrición de precisión podría reducir el peso, pero hay mucha incertidumbre
Niños de 10-19 años			
Peso	Aumento	⊕○○○ Muy baja	La nutrición de precisión podría aumentar el peso, pero hay mucha incertidumbre

Claves para el pensamiento crítico



> **Los estudios pequeños pueden ser confusos** Recuerda que no puedes estar seguro de los efectos de los tratamientos que están basados en estudios pequeños con pocos participantes, como ocurre en este caso. Esto es así porque cuanto menor es el tamaño de la muestra de participantes, más probable es que se los resultados del estudio se deban al azar.

> **La ausencia de evidencia no significa evidencia de ausencia** Ten en cuenta que la falta de evidencia (pruebas científicas) sólidas sobre la eficacia de la nutrición de precisión no indica que esta estrategia nutricional no funcione, sino que hacen falta más estudios de buena calidad y mayor tamaño para averiguarlo.