

# Obesidad y diabetes.

## (o cómo llevar la dieta en el puente Lupe-Reyes)

Héctor A Baptista González\*

La obesidad y la diabetes tipo 2 (DM-2) representan una seria amenaza para la salud de la población mundial. La Organización Mundial de la Salud (OMS), estima que 1.1 millones de personas fallecieron a consecuencia de la DM-2 en el año 2005, cifra que por cierto resulta subestimada. Adicionalmente se espera que esta cifra aumente en 50% en los próximos 10 años.

Ahora con el aumento creciente de niños que son recientemente diagnosticados con DM-2 tipo 2 relacionada a obesidad, paralelamente aumenta la incidencia de casos de síndrome metabólico, que es una compleja condición ligada a la obesidad con características clínicas que incluyen la resistencia a la insulina, dislipidemia e hipertensión arterial. El síndrome metabólico muestra asociación con el aumento de riesgo de la enfermedad cardiovascular, que es una última instancia, el responsable de buena parte de los casos de defunción por DM-2.

Esta escala es debido al aumento en las tasas de obesidad infantil, pues hasta recientemente la DM-2 se consideró una enfermedad de la etapa adulta. Así el comentario de hoy se centrará en el análisis de uno de los reportes nacionales más importantes en términos de salud poblacional que se tienen en nuestro México. Recientemente se presentó la Encuesta Nacional de Salud 2006 (ENSANUT 2006), publicado por la Secretaría de Salud, donde se señala que la prevalencia nacional combinada de sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años, fue de alrededor de 26% (chiquillos y chiquillas), mientras que la prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad en 1999, fue de 18.6%. El aumento más alarmante fue en la prevalencia de obesidad en los niños, pasando de 5.3 a 9.4% y en niñas 5.9 a 8.7%. Es decir, entre 1999 y 2006, la prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad en los sexos combinados aumentó un tercio; los mayores aumentos se dieron en obesidad y en el sexo masculino.

En adolescentes, de acuerdo con los resultados de la ENSANUT, uno de cada tres hombres o mujeres adolescentes tiene sobrepeso u obesidad. La prevalencia de sobrepeso y obesidad de las mujeres de 12 a 19 años en 2006 con la de 1999, con aumento modesto en sobrepeso de 21.6 a 23.3.

Para la etapa adulta, las cosas no son mejores. En el ámbito nacional, la prevalencia de sobrepeso fue más alta en hombres (42.5%) que en mujeres (37.4%). En cambio, la prevalencia de obesidad fue mayor en mujeres (34.5%) que en hombres (24.2%). Al sumar las prevalencias de sobrepeso y de obesidad, 71.9% de las mujeres mayores de 20 años de edad y 66.7% de los hombres tienen prevalencias combinadas de sobrepeso u obesidad. La prevalencia de sobrepeso, pero especialmente la de obesidad, tendieron a incrementarse con la edad hasta los 60 años; en edades posteriores la tendencia de ambas condiciones disminuyó, tanto en hombres como en mujeres.

Utilizando el criterio propuesto por la OMS, la prevalencia de la suma de sobrepeso y obesidad aumentó de 34.5% en 1988 a 61% en 1999 y a 69.3% en 2006.

Al comparar los datos de la ENSA 2000 con los de la ENSANUT 2006, en hombres mayores de 20 años de edad, la prevalencia de sobrepeso y obesidad incrementó de 59.7% en 2000 a 66.7% en 2006, que es una tasa de aumento ligeramente inferior a la observada en mujeres.

Estos botones de muestra, señalan la necesidad urgente de nuevos esquemas para suscribir la obesidad y la DM-2 y los términos de sus complicaciones. En particular el entendimiento de diferentes procesos que dan pie a la aparición del síndrome metabólico y sus riesgos asociados. Desde la regulación anormal de la energía hasta la disfunción de mecanismos moleculares que darán camino a nuevas estrategias preventivas y terapéuticas y reducir la morbilidad y mortalidad de la DM-2.

\* Hematología Perinatal. Instituto Nacional de Perinatología.

Si las acciones de los grupos privados o sociales y las políticas públicas sobre promoción y educación para la salud, se pudieran medir en los términos en que se solicitan servicios para diagnóstico temprano (conste que ya ni siquiera digo prevención oportuna), la ENSANUT 2006, muestra que apenas el 22% de los adultos acudió a realizarse pruebas de determinación de glucosa en sangre y mediciones de la tensión arterial en el año previo a la encuesta, en mayor medida las mujeres, de las que casi 25% acudió a ambas pruebas, mientras que 19% de los hombres acudió a pruebas de detección de DM-2 y de hipertensión arterial. Para las dos pruebas, el porcentaje de adultos que acudió en el año previo a la ENSANUT 2006 fue mayor al porcentaje que había acudido en el año previo al levantamiento de la misma encuesta del 2000. En ese momento, 10.5% de los adultos había acudido a detección de diabetes y 13.4% a detección de hipertensión arterial.

El aumento en la prevalencia de obesidad en los últimos siete años en México es alarmante, ya que ocurre en todos los grupos de edad. Es urgente aplicar estrategias y programas dirigidos a la prevención y control de la obesidad del niño, el adolescente y el adulto. El cambio en el estilo de vida, la urbanización de la población rural por migración interna, la transculturización, el desplazamiento prolongado hacia el centro de trabajo o estudio por un transporte ineficiente, la mayor demanda en la permanencia en el trabajo para cubrir las necesidades básicas (médicos multichambas), la ausencia de programas efectivos de promoción para

la salud en el ambiente laboral, el impacto de los medios masivos de comunicación para el consumo de alcohol, tabaco, la contemplación del deporte más que la práctica del mismo y la ausencia de políticas públicas eficientes (o al menos inteligentes) para promover un estilo de vida sano, son algunas y sólo algunas de las causas que participan en un problema complejo de salud pública, donde no habrá presupuesto federal suficiente para atender los problemas de Salud relacionados al aumento de la obesidad y las enfermedades crónicas. Entiendo que es mucho pedir en este momento cuando la sociedad mexicana no se recupera de la división social poselectoral, y además en época decembrina (por cierto con poco espíritu navideño), la presencia de la reflexión honda y profunda, aquella que nos genera un pensamiento autocrítico y resolutivo, camina ocupada por otro sendero. Saludos.

1. Deepa Nath, Marie-Thérèse Heemels & Lesley Anson. *Nature* 2006; 444, 839 (14 December).
2. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006 (<http://www.insp.mx/ensanut/>)

Correspondencia:  
Dr. Héctor Baptista González.  
Jefe del Banco de Sangre.  
Fundación Clínica Médica Sur,  
Puente de Piedra No. 150,  
Col. Toriello Guerra  
Del. Tlalpan  
14050, México, D.F.  
Tel. 5442-7200, ext. 7229.

