



## La obesidad para los mexicanos

Oscar Loreto Garibay

Presidente de la Red Mexicana para el Combate a la Obesidad  
A. C. Licenciado en Nutrición, Maestro en Ciencias de la Salud Pública, Doctor en Ciencias de la Salud Pública. Laboratorio de Salud Pública del Departamento de Salud Pública en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara. Contacto al correo electrónico: oscarlrg@outlook.com

**L**a obesidad comúnmente la consideramos como una condición puramente estética y en otros casos, como elemento de riesgo para diversas enfermedades. Algunos otros podrán considerarla como una enfermedad *per se*, sobre todo al encontrarla con el código E66 en la más actualizada Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10).

Esta enfermedad se caracteriza por un aumento en los depósitos de grasa corporal, causados por un balance positivo de energía que ocurre cuando la ingestión de calorías de los alimentos excede el gasto energético. Por razones prácticas, económicas, y por ser un buen indicador en general, utilizamos las mediciones corporales de peso y estatura para determinar si una persona tiene obesidad o no. Para los adultos, un Índice de Masa Corporal (IMC) igual o mayor a  $30.0 \text{ kg/m}^2$  es considerado obesidad, mientras para menores de 19 años, la obesidad se determina cuando el IMC se encuentra por encima de la percentila 95 o cuando es mayor a 2 desviaciones estándar de las tablas de IMC para edad y sexo de la Organización Mundial de la Salud, dependiendo del criterio seleccionado.

La obesidad está asociada a padecimientos como dislipidemias, trastornos del sueño, enfermedad pulmonar, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial y enfermedad cardiovascular. Cuando el perímetro de cintura en el paciente se encuentra aumentado, se considera un mayor

riesgo para las tres últimas enfermedades mencionadas y de manera adicional, la obesidad considerada como mórbida ( $\text{IMC} > 40$ ) aumenta el riesgo de cáncer, acorta considerablemente la expectativa de vida, provoca rechazo social y aislamiento individual.

Según nuestras más recientes estadísticas nacionales del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), las principales causas de mortalidad general en México las constituyen las enfermedades del corazón, la diabetes mellitus y los tumores malignos.

Desafortunadamente, la obesidad se encuentra asociada a estas principales causas de defunción en nuestro país, y es alarmante que tengamos prevalencias de sobrepeso y obesidad en menores de 5 años de 9.7%, en niños de 5 a 11 años de 34.4%, en adolescentes de 34.9%, y en mexicanos de 20 años y más, de 71.2%.

Las causas de la obesidad son muy diversas y pudiéramos categorizarlas como inmediatas, subyacentes, y básicas. Entre las inmediatas podemos mencionar el aumento de la ingestión de energía y la disminución en su consumo; en las subyacentes tenemos el medio ambiente alimentario, disminución de los precios de alimentos densos en energía y bajo valor nutritivo, y de bebidas azucaradas, disminución del tiempo para la preparación y consumo de alimentos, medio ambiente sedentario, baja calidad y acceso a los servicios de salud; y en las básicas la industrialización, urbanización, globalización, cambios en la dinámica familiar, medios de comunicación masiva, políticas y normas de estado. Claro, lo anterior sin dejar de lado en la etiología de la enfermedad a los factores genéticos, a los cuales se les calcula un

aproximado de 50% de la causalidad en casos específicos de obesidad.

Ante la situación de obesidad en México, en el año 2010 se publicó un documento titulado Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria: estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, el cual a pesar de ser buena guía inicial para abordar el problema de la obesidad en México, necesitaba más recursos, firmeza proveniente de leyes y normas que lo respaldaran, y sobre todo, tiempo.

En octubre de 2013, el Sr. Presidente Lic. Enrique Peña Nieto, presentó la Estrategia Nacional para la Prevención y Control del Sobre peso, la Obesidad y la Diabetes (ENPCSOD), la cual además de muchos elementos que le dan estructura, se encuentra conformada por los siguientes 3 pilares:

### Salud pública

Vigilancia epidemiológica

Promoción de la salud y comunicación educativa

Prevención

### Atención Médica

Calidad y acceso efectivo

### Regulación fiscal y sanitaria

Etiquetado

Publicidad

Medidas fiscales

Al revisar el documento oficial de esta estrategia nacional, podemos identificar innovaciones y elementos interesantes a lo largo de los tres pilares, algunos resultando muy controversiales como las relacionadas con la regulación fiscal y sanitaria, y otros importantes como la investigación, que es uno de los ejes en toda la estrategia.

La responsabilidad de investigar y difundir la evidencia científica recae sobre los institutos nacionales y las instituciones académicas,<sup>6</sup> quienes proponen acciones para que la investigación que se lleva a cabo y que

produce evidencia, se difunda y aproveche.

Para complementar lo mencionado respecto a investigación, en la plataforma Web of Science™ de Thompson Reuters®, los países que más publicaciones tienen en este tema son Estados Unidos, Inglaterra, y Canadá, con México ocupando la posición veintiséis. En la misma fuente, ubicamos que a nivel internacional las principales áreas de investigación en el tema de obesidad son endocrinología-metabolismo, dietética-nutrición, Salud pública-ambiental-ocupacional respectivamente, y que para el caso de las investigaciones de México, son las mismas áreas principales.

Para terminar, quiero mencionar que los resultados de las investigaciones son herramientas para la toma de decisiones, tanto para abordar problemáticas en el mismo lugar y población donde se realizan, como para buscar aplicarlas en otros grupos de personas. La investigación no sólo debe ser suficiente en calidad y cantidad, sino que sus resultados deben también estar al alcance de quien necesite leerlos: los que toman las decisiones, clínicos, académicos, estudiantes y otros investigadores. Por lo tanto, en la obesidad y muchos otros temas, los medios de difusión científica tienen la gran y crucial labor de publicar y difundir los resultados y hallazgos de las investigaciones, así como de otros materiales que fortalezcan la formación y actualización de nosotros los profesionales de la salud.

La obesidad en México es un reto que es necesario enfrentar, es una lucha que con el trabajo de todos debemos ganar.

### Referencias bibliográficas

1. World Health Organization. International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision [Internet]. 2012 [cited 2015 Apr 10]. Available from: <http://apps.who.int/classifications/icd10/browsing/2015/en>
2. Rivera-Dommarco JÁ. Obesidad en México: recomendaciones para una política de Estado. Universidad Autónoma de México; 2012.
3. Secretaría de Salud. NORMA Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación [Internet]. 2013. Available from: [http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5285372&fecha=22/01/2013](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5285372&fecha=22/01/2013)
4. World Health Organization. Interpreting Growth Indicators [Internet]. World Health Organization; 2008. Available from: [http://www.who.int/childgrowth/training/module\\_c\\_interpreting\\_indicators.pdf?ua=1](http://www.who.int/childgrowth/training/module_c_interpreting_indicators.pdf?ua=1)
5. Gutiérrez JP, Rivera-Dommarco, Juan Shamah-Levy, Teresa Villalpando-Hernández S, Franco A, Cuevas-Nasu L, Romero-Martínez, M Hernández-Ávila M. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados nacionales [Internet]. 2nd ed. Cuernavaca: Instituto Nacional de Salud Pública; 2013. Available from: [http://ensanut.insp.mx/informes.php#.VSqslVF\\_Bdg](http://ensanut.insp.mx/informes.php#.VSqslVF_Bdg)
6. Secretaría de Salud. Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobre peso, la Obesidad y la Diabetes [Internet]. México, D. F.; 2013. Available from: [http://promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas/estrategia/Estrategia\\_con\\_portada.pdf](http://promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas/estrategia/Estrategia_con_portada.pdf)
7. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Defunciones generales totales por principales causas de mortalidad, 2013 [Internet]. 2013 [cited 2015 Apr 12]. Available from: <http://www3.inegi.org.mx/sistemas/sisep/Default.aspx?t=mdemo107&s=est&c=23587>
8. Secretaría de Salud. Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria: Estrategia contra el sobre peso y la obesidad. Acciones del Gobierno Federal [Internet]. 1st ed. México DF: Secretaría de Salud; 2010. Available from: [http://portal.salud.gob.mx/sites/salud/descargas/pdf/ANSA\\_acciones\\_gobierno\\_federal.pdf](http://portal.salud.gob.mx/sites/salud/descargas/pdf/ANSA_acciones_gobierno_federal.pdf)
9. Presidente Peña Nieto presentó la Estrategia Nacional para la Prevención y Control de Sobre peso [Internet]. Gobierno de la República; 2013. Available from: <http://www.youtube.com/watch?v=Bd-iiNR18M>
10. Thompson Reuters. Results Analysis for “obesity” topic [Internet]. Web of Science. 2015 [cited 2015 Apr 12]. Available from: [http://apps.webofknowledge.com.wdg.biblio.udg.mx:2048/WOS\\_GeneralSearch\\_input.do?product=WOS&search\\_mode=GeneralSearch&SID=1FkNRDuAS68IXFnOMw8&preferencesSaved="](http://apps.webofknowledge.com.wdg.biblio.udg.mx:2048/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=1FkNRDuAS68IXFnOMw8&preferencesSaved=)