

Presentan el libro *Obesidad en México: recomendaciones para una política de Estado*¹

001/2013/ACO

México D.F. a 30 de enero de 2013

Hoy, en el auditorio de la Academia Nacional de Medicina, se llevó a cabo la presentación del libro *Obesidad en México: recomendaciones para una política de Estado*, en el cual se abordan diversos aspectos de la obesidad, tales como los determinantes que la originan, su magnitud y tendencias, sus costos y las acciones implementadas por el Estado para su prevención y control; todo ello con el fin de proponer las acciones necesarias para la prevención y control del sobrepeso y la obesidad en la población mexicana.

El libro es una obra publicada por la Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial de la UNAM, en conjunto con la Coordinación de Humanidades, la Academia Nacional de Medicina en México, la Academia Mexicana de Cirugía, la Academia Mexicana de Pediatría y el Instituto Nacional de Salud Pública; la obra está dividida en dos grandes apartados: 1) la postura de la Academia Nacional de Medicina ante el problema de la obesidad en México, y 2) los fundamentos que sustentan la postura de la Academia Nacional de Medicina frente al problema de la obesidad en México.

Identificada como una enfermedad de origen multifactorial como son los aspectos genéticos, sociales y ambientales; la obesidad es hoy en día uno de los principales problemas de salud pública en nuestro país, pues está asociada con la pérdida de la salud y con el incremento de la demanda de los servicios de salud, afectando, además, el desarrollo económico y social de los mexicanos.

A nivel mundial, México ha mostrado uno de los incrementos más rápidos en cuanto a la prevalencia de sobrepeso y obesidad, junto con sus consecuencias. Según datos publicados en el año 2004, el 75% de todas las muertes ocurridas en México se relacionaron con las Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT) como la diabetes mellitus, la enfermedad isquémica del corazón y la enfermedad cerebrovascular; y los principales factores de riesgo de mortalidad fueron el sobrepeso, la obesidad, las concentraciones elevadas de glucosa en sangre, el consumo de alcohol y el tabaquismo. Cabe mencionar que el sobrepeso, la obesidad y la glucosa elevada explicaron por sí solos el 25.3% del total de las muertes en el país, generando la preocupación de los especialistas en cuanto a la longevidad de las generaciones nacidas a finales del siglo XX, la cual puede verse reducida como resultado de las enfermedades y daños a la salud ocasionados por la obesidad.

¹ Juan Angel Rivera Dommarco; Coordinador, Academia Nacional de Medicina, Instituto Nacional de Salud Pública.

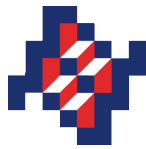
Anabel Velasco Bernal y Jessica Moreno; Secretariado técnico, Instituto Nacional de Salud Pública.

Mauricio Hernández Ávila; Academia Nacional de Medicina, Instituto Nacional de Salud Pública.

Carlos A. Aguilar Salinas; Academia Nacional de Medicina, Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán.

Felipe Vadillo Ortega; Academia Nacional de Medicina, Universidad Nacional Autónoma de México.

Ciro Murayama Rendón; Universidad Nacional Autónoma de México.



Con base en los resultados obtenidos en la reciente Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2012), realizada por el Instituto Nacional de Salud Pública, sabemos que actualmente 7 de cada 10 adultos mexicanos (más de 49 millones) y 1 de cada 3 niños de 5-19 años (alrededor de 12 millones) presentan peso excesivo (sobrepeso u obesidad).

Los expertos señalan que además de los daños a la salud y el deterioro de la calidad de vida que traen consigo el sobrepeso y la obesidad, estas condiciones están significando para el Estado mexicano costos muy elevados por gastos directos e indirectos. Para México, el costo de la obesidad ha sido estimado en 67 000 millones de pesos en el 2008, y se estima que para el 2017 fluctuó entre 78 000 millones y 101 000 millones en pesos; de ahí la importancia de que se tomen a tiempo las medidas necesarias para evitar un posible colapso en el sistema de salud mexicano, al verse excedido por los recursos que le demanden la atención del peso excesivo y sus consecuencias en la población mexicana.

“La obesidad es el resultado directo de un balance positivo y crónico de energía, es decir de una ingestión de energía superior al gasto energético.” Así se señala en el libro presentado hoy en la Academia Nacional de Medicina. Además existen causas subyacentes, como la alta disponibilidad, accesibilidad y consumo de bebidas azucaradas y alimentos con elevada densidad de energía (altos en azúcares o grasa) y el bajo consumo de agua, frutas, verduras, cereales de grano entero y leguminosas; el mercadeo masivo de alimentos procesados, la falta de orientación alimentaria; todo esto aunado a la pérdida de la cultura alimentaria y un medio ambiente sedentario.

Al exponer la diversidad de los determinantes que dan origen a la obesidad, los expertos recomiendan abordar el problema desde un ángulo transectorial y multidisciplinario que permita reforzar la investigación y, por ende, mejorar la obtención de evidencia científica que sirva como base para orientar las decisiones, políticas y programas en pro del mejoramiento de las condiciones de salud de la población.

En el libro *Obesidad en México: recomendaciones para una política de Estado* se detallan las recomendaciones por parte de los expertos, destacando que para frenar el problema del peso excesivo en México y sus consecuencias, éste se debe abordar a través de una estrategia nacional, multisectorial e incluyente, en la que participen los distintos niveles de gobierno, la academia, la industria, el poder legislativo, los medios de comunicación y la sociedad civil.

Según las recomendaciones planteadas hoy, la estrategia nacional debe enfocarse en disminuir el consumo de azúcares, sodio, grasas saturadas y trans, alimentos con alta densidad energética y bebidas con aporte calórico (principalmente las bebidas azucaradas); asimismo, aumentar el consumo de agua simple, frutas, verduras, leguminosas y cereales de grano entero; e incrementar la actividad física al transportarnos de un lugar a otro, en el trabajo y en los momentos de recreación; sin olvidar fomentar el control de peso y el autocuidado de la salud.

Se recomienda reforzar el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria, dotándolo de presupuesto y mecanismos de rendición de cuentas y fortaleciéndolo jurídicamente para que sus acciones sean tangibles, comprobables y exigibles como parte del derecho a la salud; además de considerar el uso de instrumentos fiscales y de una campaña nacional de orientación alimentaria.