

OBESIDAD *en* MÉXICO

Recomendaciones para una política de Estado

Editores

Juan Ángel Rivera Dommarco

—

Mauricio Hernández Ávila

—

Carlos A. Aguilar Salinas

—

Felipe Vadillo Ortega

—

Ciro Murayama Rendón



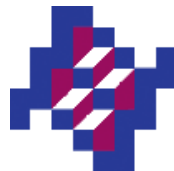
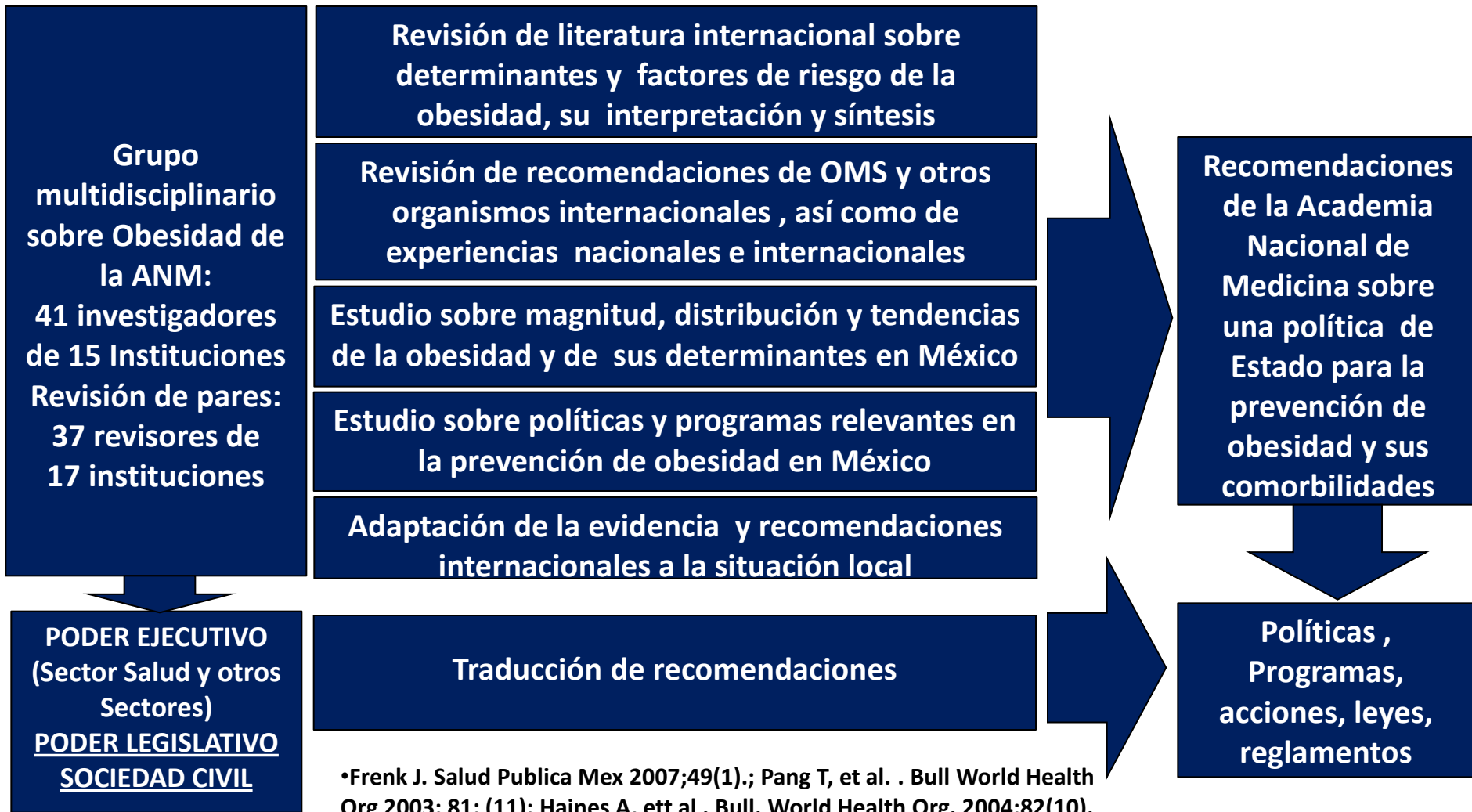
Trabajo de Postura de la Academia Nacional de Medicina ante el problema de la Obesidad en México

Juan Angel Rivera Dommarco

Coordinador del Grupo
Multidisciplinario sobre Obesidad de la
Academia Nacional de Medicina



Modelo de desarrollo sobre recomendaciones de políticas con base en evidencia científica utilizado



OBESIDAD^{en} MÉXICO

Recomendaciones para una política de Estado

Editores

Juan Ángel Rivera Dommarco

—

Mauricio Hernández Ávila

—

Carlos A. Aguilar Salinas

—

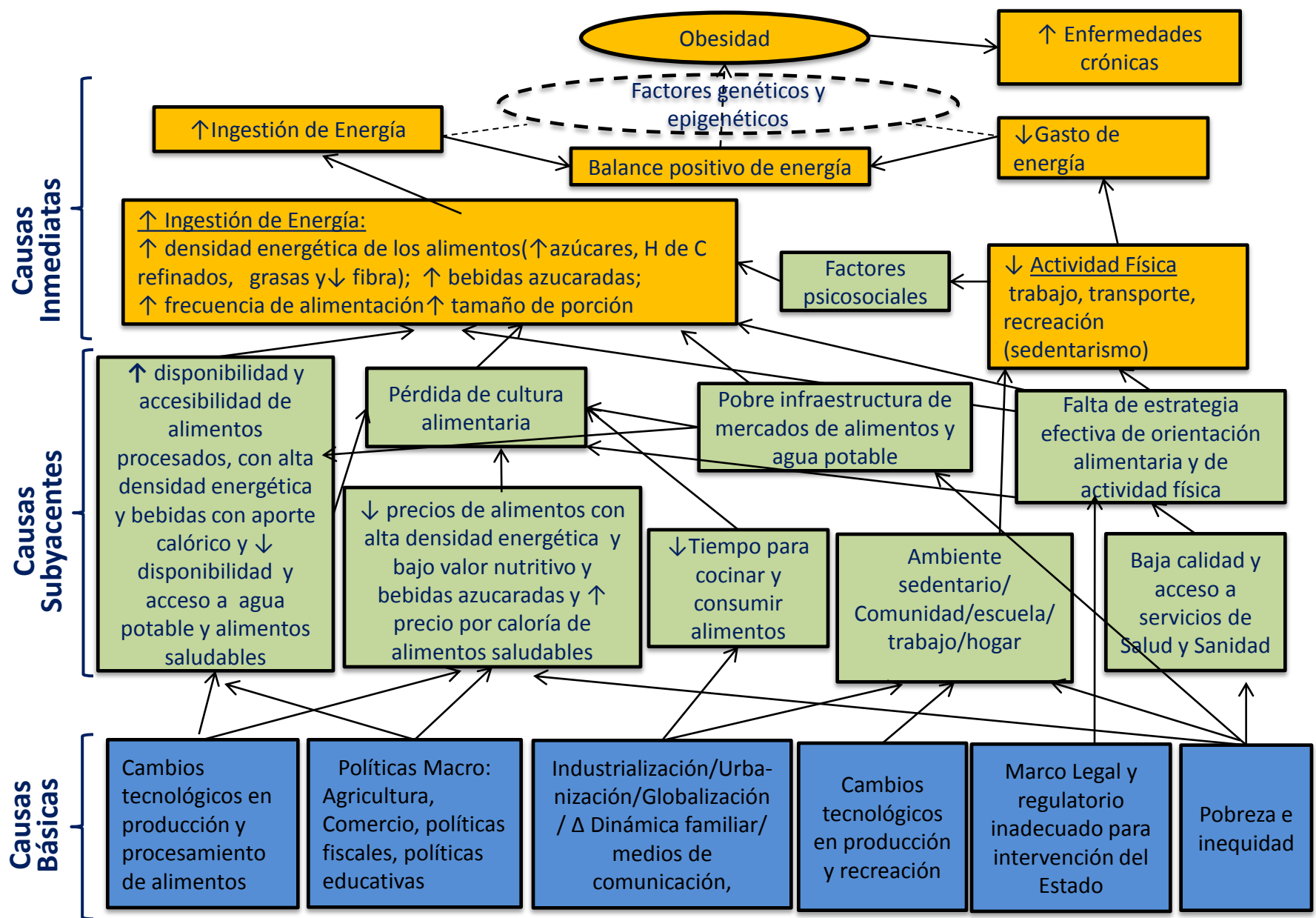
Felipe Vadillo Ortega

—

Ciro Murayama Rendón

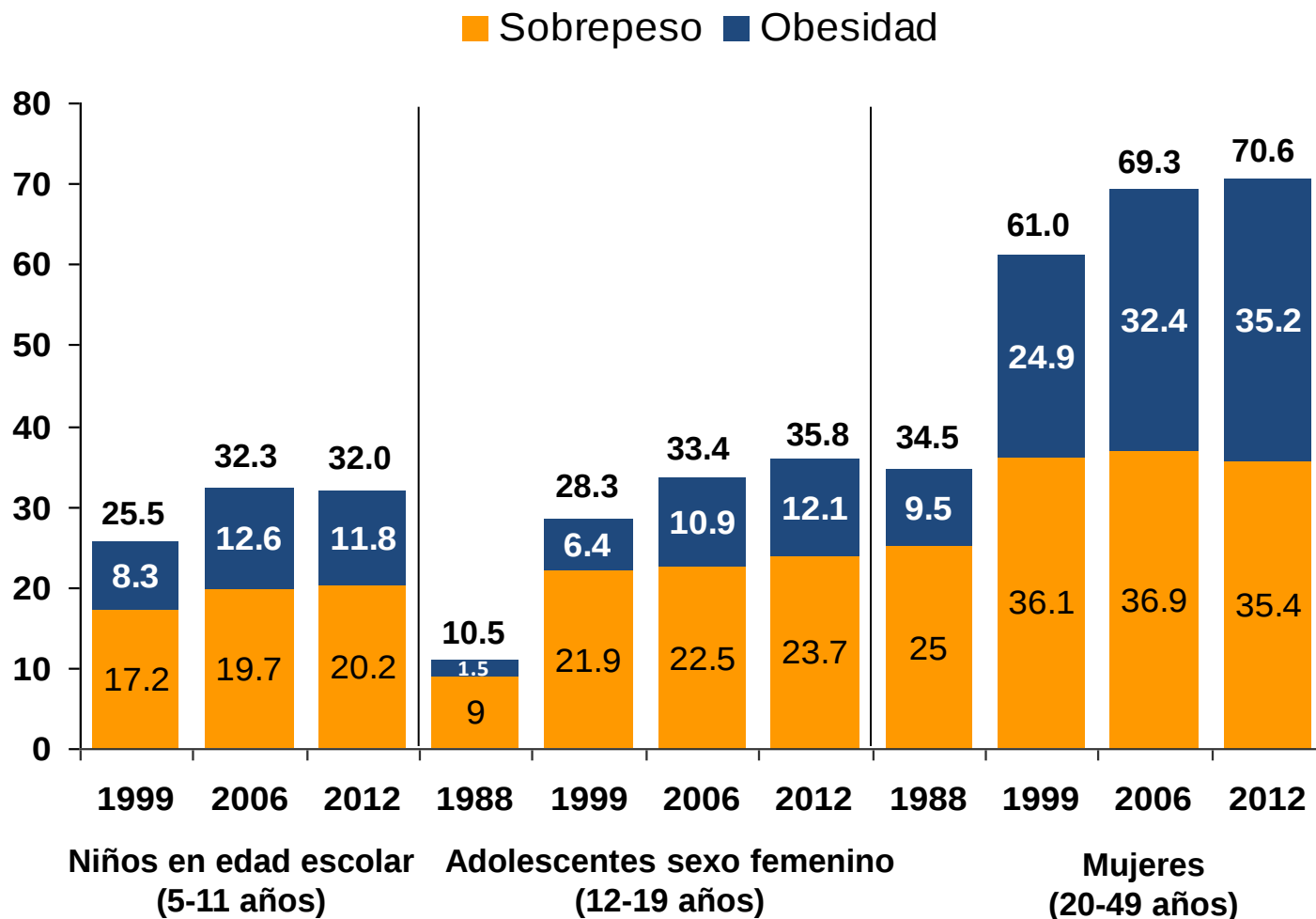


- Los capítulos, fueron utilizados como insumo en la elaboración de la postura de la Academia Nacional de Medicina, por los Editores
- Breves alusiones a conceptos o hallazgos expuestos en cada capítulo, para motivar al auditorio a la lectura de cada capítulo de la obra.
- Recomendaciones del trabajo de postura.



Capítulo 1. Determinantes de la obesidad: marco conceptual y evidencia científica.
Juan Angel Rivera Dommarco, Otilia Perichart Perera, Jessica Moreno Saracho.

Sobrepeso y obesidad* en niños de 5-11 años, adolescentes y mujeres adultas



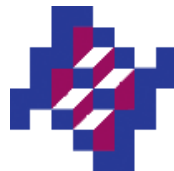
Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 3. Los fundamentos biológicos y culturales de los cambios de la alimentación conducentes a la obesidad. El caso de México en el contexto general de la humanidad. Luis Alberto Vargas Guadarrama, Héctor Bourges Rodríguez

- La pérdida de la cultura alimentaria, que nos brindó protección por siglos, aunada a la urbanización acelerada, la globalización, así como las fuertes presiones mercadológicas y el consumismo han sido elementos desencadenantes de la epidemia de obesidad

Capítulo 4. Transformaciones de la demanda alimentaria como factor de la obesidad en México. Felipe Torres Torres

- Conforme el ingreso es menor, mayor es el porcentaje del consumo energético proveniente de alimentos de alto valor calórico y alta densidad energética.



Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 5. Determinantes económicos: evolución del costo de las calorías en México. Gonzalo Hernández Licona, Enrique Minor Campa, Rodrigo Aranda Balcázar.

- El nivel de ingreso en México es determinante de la estructura y las decisiones de consumo de alimentos
- Los hogares con menores recursos consumen alimentos con un menor costo y mayor cantidad de calorías, siendo más propensos a la obesidad.

Capítulo 6. Determinantes de la disminución de la actividad física y el aumento del sedentarismo. Carlos Crespo, Gabriela Escutia, Deborah Salvo, Elva Arredondo

- El ambiente social es un determinante de los niveles de actividad física de la población. Experiencias de ciudades en Brasil y Colombia proveen la oportunidad de aprender de programas exitosos dirigidos a aumentar la actividad física, para su aplicación en México.



Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 7. Determinantes psicosociales del sobrepeso y la obesidad.

Claudia Unikel, Verónica Vázquez, Martha Kaufer

- La comprensión del papel de los determinantes psicológicos tiene un papel fundamental en la prevención y tratamiento de la obesidad. Es indispensable el trabajo de grupos multidisciplinarios integrados por psicólogos, nutriólogos y médicos para su prevención y tratamiento.

Capítulo 8. Genética y epigenética de la obesidad.

Felipe Vadillo, Elena Zambrano, Miguel Cruz López

- Se han identificado varios genes candidatos para explicar la ganancia de grasa corporal relacionados con el control de la ingestión y uso de energía y otros más asociados con rasgos fenotípicos de la obesidad y con la susceptibilidad a enfermedades crónicas. Sin embargo, el aumento inusitado de la obesidad en los últimos 25 años tiene su origen en factores ambientales y sociales.



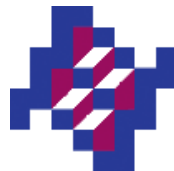
Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 9. Obesidad Infantil. Felipe Vadillo, Juan Rivera, Teresita González de Cossio, Nayely Garibay, José Alberto García Aranda.

- Las causas subyacentes de la obesidad infantil incluyen la pérdida de la cultura alimentaria tradicional, la elevada disponibilidad y accesibilidad de alimentos densos en energía y pobres en micronutrientes y de bebidas con alto aporte calórico.

Capítulo 10. Efecto de la obesidad sobre otras enfermedades crónicas y la mortalidad. Ismael Campos, Simón Barquera, Carlos Aguilar Salinas.

- Estudios realizados en pacientes con obesidad y diabetes han mostrado que una reducción en el peso entre 10% y 20% mejora los niveles de glucemia y disminuye el riesgo de mortalidad por complicaciones.



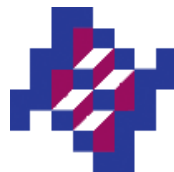
Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 11. Costo de la obesidad: las fallas del mercado y las políticas públicas de prevención y control de la obesidad en México. Cristina Gutierrez, Verónica Guajardo, Fernando Álvarez del Río.

- Se estimaron los costos directos e indirectos de la obesidad para 2008 en \$67,000 millones de pesos.
- El costo de no aplicar medidas costo-efectivas de prevención de obesidad será de 150,000 a 200,000 millones de pesos en 2017

Capítulo 12. Obesidad en México: políticas y programas para su prevención y control. Simón Barquera, Ismael Campos, Juan Rivera, Anabel Velasco.

- Se analizaron las fortalezas y limitaciones de los programas y políticas actuales de prevención y control de la obesidad (ANSA, PACE, 5 Pasos, etc.) así como las prácticas de la industria de alimentos y se emitieron recomendaciones para una política de Estado para la prevención de obesidad y su co-morbilidades.



Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 13. La importancia de la regulación en el control de la epidemia de obesidad. Sofía Charvel, Eunice Rendón, Mauricio Hernández

- Se realizó un análisis desde el ámbito jurídico del Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria y se emitieron recomendaciones sobre modificaciones a leyes y reglamentos para el fortalecimiento de los ámbitos regulatorios y legislativos, que permitan cumplir los 10 objetivos propuestos en dicho acuerdo.

Capítulo 14. Políticas fiscales como herramienta para la prevención de sobrepeso y obesidad. Lucero Cahuana, Luis Rubalcava y Sandra Sosa.

- Se examinó el uso de políticas fiscales como medio para reducir el consumo de bebidas azucaradas, lo que reduciría el riesgo de obesidad y de gastos en salud y generaría recaudación que podría destinarse a acciones preventivas.



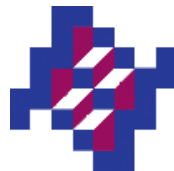
Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 15. Educación como determinante de la obesidad. Ana Bertha Pérez Lizaur, Ericka Escalante, Carlos Aguilar Salinas

- Los programas de orientación alimentaria no han sido modificados para confrontar la epidemia de obesidad y sus comorbilidades.
- La adquisición de conocimientos no es suficiente; debe modificarse el entorno, incluyendo la regulación de la publicidad de productos que ponen a los niños en riesgo de obesidad y enfermedades crónicas

Capítulo 16. El papel de los servicios de salud en la prevención y control de la obesidad y sus consecuencias. Carlos Aguilar Salinas, Otilia Perichart, Hortensia Reyes Morales

- Principales retos: segmentación del Sistema de Salud, falta de equipos multidisciplinarios, falta de capacitación en primer nivel, desconocimiento de guías clínicas por médicos, enfoque principalmente curativo y proliferación de servicios privados de baja calidad. Se emitieron recomendaciones, retomadas en postura de ANM



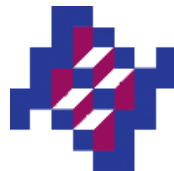
Breve recuento de contribuciones de los Capítulos

Capítulo 17. El papel de las opciones quirúrgicas de tratamiento. Héctor Romero-Talamás y Miguel F. Herrera

- Candidatos a cirugía bariátrica: IMC $>40 \text{ kg/m}^2$ o $>35 \text{ kg/m}^2$ con alguna comorbilidad, que demuestran voluntad para modificar su estilo de vida.
- La cirugía bariátrica ha demostrado efectividad en pérdida de peso y mejoría significativa de las co-morbilidades en estos pacientes

Capítulo 18. El uso efectivo de la investigación para el control de la epidemia de sobrepeso y obesidad. Miguel A González Block y Simón Barquera

- Para lograr impacto del conocimiento en la salud de la población se requieren de instituciones y procesos que sirvan de interfase entre la producción de evidencia y su utilización para la toma de decisiones.
- La ANM está en excelente posición para abogar por el desarrollo de un sistema de investigación que cuente con las interfaces necesarias para lograr la eficiencia en la producción y utilización del conocimiento.



OBESIDAD *en* MÉXICO

Recomendaciones para una política de Estado

Editores

Juan Ángel Rivera Dommarco

—

Mauricio Hernández Ávila

—

Carlos A. Aguilar Salinas

—

Felipe Vadillo Ortega

—

Ciro Murayama Rendón



Síntesis del Trabajo de Postura sobre Obesidad

Juan Ángel Rivera Dommarco
Anabel Velasco Bernal
Mauricio Hernández Ávila
Carlos A. Aguilar Salinas
Felipe Vadillo Ortega
Ciro Murayama Rendón



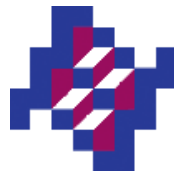
Resultados del ejercicio de revisión de literatura, recomendaciones y experiencias internacionales

- Necesidad de posicionar la prevención de obesidad y sus comorbilidades como una prioridad nacional, dados sus efectos en la salud y el desarrollo económico
- Se requiere de una política nacional:
- Sustentada en evidencia científica, de carácter multisectorial, de aplicación por los distintos niveles de gobierno, que involucre a los poderes ejecutivo y legislativo, la industria de alimentos, los medios de comunicación masiva, las agrupaciones de consumidores y la academia
- Que actúe sobre los distintos entornos: espacios públicos en las ciudades, los ambientes escolar, comunitario, laboral y el hogar
- Que forme parte explícita de los planes de gobierno, que esté dotado de presupuesto y que contemple mecanismos de rendición de cuentas para que las disposiciones sean tangibles, comprobables y exigibles como parte del derecho a la salud



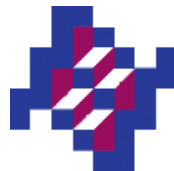
Resultados del ejercicio de revisión de literatura, recomendaciones y experiencias internacionales

- Las políticas y programas deben dirigirse a promover las siguientes conductas:
 - Disminuir el consumo de azúcares, sodio, grasas saturadas y trans, alimentos con alta densidad energética y bebidas con aporte calórico, principalmente las bebidas azucaradas
 - Aumentar el consumo de agua simple, frutas, verduras, leguminosas y cereales de grano entero
 - Incrementar la actividad física en el transporte, el trabajo y la recreación
 - Fomentar el control de peso y el autocuidado de la salud



Resultados del ejercicio de revisión de literatura, recomendaciones y experiencias internacionales

- La adopción de conductas se logrará mediante:
 - La modificación del entorno promotor de obesidad a uno en el que la alimentación saludable y la actividad física se conviertan en opciones factibles y fáciles de adoptar
 - y una campaña de comunicación educativa para informar a la población sobre las prácticas para la prevención de la obesidad y motivar su adopción
- Entre los cambios de entorno, se busca aumentar la disponibilidad y acceso de agua simple y alimentos saludables y las oportunidades de actividad física en el hogar, la comunidad, las escuelas y los centros de trabajo



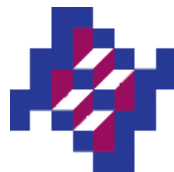
Resultados del análisis de las políticas y programas vigentes en México

- El Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria (ANSA) es una estrategia congruente con varias de las recomendaciones generales de esta postura, por lo que se recomienda partir de la base de este acuerdo
- Sin embargo, el ANSA tiene debilidades estructurales que incluyen las siguientes:
 - No forma parte explícita del Plan Nacional de Desarrollo
 - No cuenta con presupuesto para financiar la aplicación de los acuerdos
 - No cuenta con mecanismos ostensibles para la evaluación y rendición de cuentas y para que los acuerdos se conviertan en tangibles, comprobables y exigibles
 - No cuenta con una unidad coordinadora intersecretarial



Recomendaciones para una Política de Estado

- Incluir la estrategia nacional de prevención de obesidad (el ANSA) como parte del Programa Nacional de Desarrollo y otorgarle presupuesto
- Fortalecer jurídicamente los objetivos del ANSA para hacerlos tangibles, comprobables y exigibles como parte del derecho a la salud
- Crear mecanismos de evaluación de resultados y de rendición de cuentas y una comisión intersecretarial para apoyar su ejecución
- Reformar la Ley General de Salud y otras leyes y reglamentos para dotar al estado de instrumentos legales para la aplicación de regulaciones dirigidas a la prevención de obesidad y sus comorbilidades
- Considerar el uso de políticas fiscales (estímulos e impuestos) para la prevención de la obesidad y generar la evidencia necesaria para establecer sus efectos potenciales en el consumo de bebidas y alimentos que ponen en riesgo la salud (calcular elasticidades precio), sus efectos recaudatorios y posibles efectos regresivos



Recomendaciones para una Política de Estado

- Regular la mercadotecnia y publicidad de alimentos y bebidas dirigidas a niños y adolescentes, con apego a las recomendaciones de la OMS/OPS, dado que el código de autorregulación actual (PABI) no cumple con dichos estándares
- Desarrollar un programa nacional de orientación alimentaria, que incluya el desarrollo de guías nutricionales que alerten sobre los alimentos y bebidas que aumentan el riesgo de obesidad y que promuevan la preparación y consumo de dietas saludables
- Regular el sistema de etiquetado frontal de alimentos con un sistema simple, comprensible y efectivo que contribuya a la selección de alimentos y bebidas saludables en el punto de venta
- Generar espacios seguros y atractivos y sistemas de transporte que estimulen en la población la práctica de actividad física regular en su vida cotidiana



Recomendaciones sobre Investigación

- Se recomienda el apoyo a la investigación científica sobre obesidad, particularmente aquella dirigida al esclarecimiento de los factores de la dieta y actividad física o sedentarismo que aumentan el riesgo de obesidad y enfermedades crónicas, así como los estudios piloto sobre posibles soluciones al problema y los encaminados a evaluar la implementación, resultados y efectos de las diversas acciones y políticas aplicadas.
- Se recomienda a la Academia Nacional de Medicina desarrollar un trabajo sobre las prioridades de investigación en la materia, como insumo para el CONACyT



OBESIDAD *en* MÉXICO

Recomendaciones para una política de Estado

En el contexto de la evolución humana, un hecho inédito y radical ha ocurrido en menos de 50 años: la composición corporal de nuestra especie ha cambiado de manera significativa. Si bien los humanos actuales no somos muy diferentes de los que habitaron África hace 150 000 años, es inolvidable que nuestro cuerpo tiene ahora un porcentaje sustancialmente mayor de masa grasa debido a la alteración de los hábitos alimentarios y la falta de actividad física, lo que a su vez ha producido cambios relevantes en los procesos metabólicos y en el funcionamiento de diversos órganos y tejidos; esto ha traído como consecuencia el incremento de enfermedades asociadas al sobrepeso y la obesidad.

Se trata de un fenómeno mundial y, por lo tanto, México no es ajeno a esta tendencia: hoy, siete de cada 10 adultos en nuestro país tienen exceso de masa grasa, con los consiguientes riesgos de salud, los altos costos en la atención de enfermedades y la disminución de la productividad. Dada la relevancia del tema, la Academia Nacional de Medicina, con la colaboración de la Universidad Nacional Autónoma de México y el Instituto Nacional de Salud Pública, presenta esta obra que analiza de manera puntual la magnitud de la epidemia, sus causas y consecuencias y a partir de las aportaciones de más de 40 especialistas de diversas disciplinas e instituciones genera recomendaciones para una política de Estado.



OBESIDAD *en* MÉXICO

Recomendaciones para una política de Estado

Editores

Juan Ángel Rivera Dommarco

—

Mauricio Hernández Ávila

—

Carlos A. Aguilar Salinas

—

Felipe Vadillo Ortega

—

Ciro Murayama Rendón

