

Análisis de caso:

Desnutrición y obesidad: doble carga en México

¿El cambio en la cultura alimentaria en México ha propiciado problemas de salud en la población?

¿Qué factores han desarrollado estos Problemas?

Estos hábitos nutricionalmente negativos que han adquirido la mayor parte de las personas, ¿han influido en el aumento de enfermedades crónicas?

Desnutrición en México

A pesar de que en los últimos 20 años en México se ha observado una disminución en los diferentes tipos de desnutrición infantil, la prevalencia de baja talla continúa siendo un grave problema de salud pública en menores de cinco años de edad. Actualmente en México, 1.5 millones de niños de esta edad (13.6%) sufren de desnutrición crónica (baja talla para la edad) (GUTIÉRREZ et al., 2012). Ésta, evaluada por indicadores como bajo peso para la edad, se ubica en 2.8%; es decir, 280,000 niños la padecen, y evaluada por el indicador de peso para la talla, en 1.6%, lo cual indica que aproximadamente 174,000 niños la presentan (RIVERA et al., 2013) .

Sobrepeso y obesidad

Por su parte, el sobrepeso y la obesidad son uno de los problemas de mayor peso en la carga de enfermedad en el mundo y se han considerado como el quinto factor de riesgo en las causas de muerte. Asimismo, se han asociado a 2,8 millones de las muertes anuales en adultos.

Al respecto, se ha reportado que dos terceras partes de la población a escala mundial habitan en lugares donde la obesidad se relaciona con otras enfermedades que causan la muerte, y se ha referido que el 44% de la mortalidad por diabetes está asociada con la obesidad, el 23% con cardiopatías isquémicas y la existencia de una variabilidad de entre el 7%, mientras que el 41% se relaciona con diferentes tipos de cánceres. De acuerdo con información de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2008), tan sólo con el aumento del Índice de Masa Corporal ($IMC = \text{Peso/Talla}^2$) se incrementa la probabilidad de muerte asociada a enfermedades no transmisibles (OMS, 2011).

México y Estados Unidos tienen el mayor índice de obesidad mundial en adultos en comparación con países como Corea y Japón. También nuestro país ocupa el cuarto lugar en obesidad infantil y el décimo en diabetes mellitus, de la cual se ha estimado que para el año 2030 tendrá el séptimo lugar (GUTIÉRREZ et al., 2012; OMS, 2012; OCDE, 2012; FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, 2013).

La doble carga de la mala nutrición

La mala nutrición es un problema prevalente en el mundo y en México, ya que, como se puede observar, alcanza prevalencias elevadas, ya sea por deficiencias o por excesos. Aun cuando la desnutrición ha disminuido, existen áreas del país donde este problema es altamente prevalente, aunado al aumento de personas con sobrepeso y obesidad que coexisten en un mismo ámbito, de manera simultánea.

Como puede observarse, el sobrepeso y la obesidad son un problema prevalente a escala mundial. Para el año 2008, alrededor de 1,400 millones de adultos mayores de 20 años tenían sobrepeso, y 200 millones de hombres y 300 millones de mujeres, obesidad. Es decir, más de 1 de cada 10 adultos eran obesos. Para el 2010 se estimó que más 40 millones de niños menores de 5 años tenían sobrepeso, de los cuales 235 vivían en países en desarrollo y cerca de 8 millones en países desarrollados. Para el 2012, la estimación mundial de sobrepeso y obesidad fue de 1,200 millones de personas (GUTIÉRREZ et al., 2012; OMS, 2012; OCDE, 2012; FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, 2013).

Datos de la Secretaría de Salud del 2008 mostraron que el costo total de los gastos por daños a la salud asociados con adiposidad excesiva fue de 42,000 millones de pesos, equivalente al 13% del gasto en salud (0.3% del PIB), y se estima que para el año 2017 el costo podría llegar a los 151 mil millones de pesos, situación que, aunque pudiera ser sostenible económicamente, no está solucionando la problemática y no previene la incidencia de la obesidad y las enfermedades asociadas a ésta, las cuales son incurables, costosas y discapacitantes (GUTIÉRREZ-DELGADO et al., 2012).

Complicaciones del sobrepeso y la obesidad

México, en los niños en edad escolar se ha mostrado un paulatino crecimiento de estas condiciones entre 2006 y 2012, hasta alcanzar a más de 1 de cada 3 niños. El 26% de los que están en edad escolar (5-11 años) tenía peso poco saludable, y para el 2008 aumentó en 4 puntos porcentuales la prevalencia de sobrepeso y obesidad, alcanzando en el 2012 hasta un 34.4% (sobrepeso 19.8%; obesidad 14.6%) (GUTIÉRREZ et al., 2012; OLAIZ et al., 2006; SHAMAH, 2010).

-En el caso de la primera, México ubica sus mayores prevalencias en siete estados del norte del país. Entre el 2006 y el 2012 aumentó la prevalencia cerca del 20% y afecta uno de cada tres adultos, y es mayor en hombres que en mujeres (CAMPOS et al., 2013).

-En el segundo caso, algunos datos globales cuentan que trece de cada 100 muertes son a causa de la diabetes mellitus; catorce de cada 100 diabéticos padecen nefropatías, cinco de cada 100 ceguera y también se ha referido que quienes padecen esta enfermedad tienen tres veces más riesgo de tener cardiopatías, depresión y cambios de personalidad (ÁVILA y CAHUANA, 2006; VIVE CON DIABETES, 2012).

En nuestro país para el año 2006, el 7% de la población adulta se sabía diabética y un porcentaje poco mayor fue diagnosticado en la ENSANUT, obteniendo una prevalencia global del 14.42% que lo desconocía (VILLALPANDO et al., 2010). En ese momento, tan sólo una cuarta parte tenía un control adecuado de su diabetes y el 13% recibía insulina o combinaba su tratamiento con glucemiantes orales (JIMÉNEZ et al., 2013).

Un dato importante es que el motivo de asistencia a consultas médicas en México está asociado en una tercera parte a tratamiento de diabetes, del total de consultas otorgadas, así como el 11.5% de las hospitalizaciones.

Dentro de las complicaciones más frecuentes asociadas al sobrepeso y la obesidad en adultos se encuentran la hipertensión arterial y la diabetes mellitus.

Aunado a estos dos grandes padecimientos, también el sobrepeso y la obesidad se asocian en la vida adulta con importantes secuelas para la salud, como las enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares y diferentes tipos de cánceres (en mujeres muy asociado al de mama), entre otros padecimientos (NIH, 2012).