

Obesidad, ventaja evolutiva, problema actual ¿y México?

Garibay Morquecho Miguel.

Instituto de Salud del Estado de México, Responsable Estatal del Programa Federal de Promoción de la Salud del Escolar.

La obesidad tiene un origen multifactorial en el que se involucran la susceptibilidad genética, los estilos de vida y las características del entorno donde se desarrolla la persona y con gran influencia de los determinantes sociales como la globalización, la cultura, la condición económica, la educación y la urbanización entre otros. Actualmente somos bombardeados diariamente con mensajes que nos invitan a una dieta saludable, a pesarnos, medirnos, a hacer ejercicio y al consumo de agua simple potable; pero, ¿por qué a pesar de tanta difusión de mensajes, tanta mercadotecnia, la epidemia de obesidad continúa y aún peor, incrementa de una manera alarmante?

Hablar de la obesidad es hablar de la historia del mismo hombre como especie, regresemos unos cuantos miles de años atrás cuando el hombre debía sobrevivir a un entorno mucho más hostil, y donde la próxima comida era algo incierto; los seres humanos desarrollamos esta tendencia a aumentar de peso, producto de nuestra evolución como especie, siendo breves; fue en este momento cuando aparecieron en escena una serie de genes que promueven la acumulación de tejido adiposo, en esas épocas la obesidad era vista como un signo de salud y vida, tal como lo demuestran las figuras de las Venus de Willendorf encontradas en los asentamientos prehistóricos. En la Antigua Roma, en el Renacimiento, así como en algunas narraciones de los conquistadores, sobre los gobernantes de algunas comunidades indígenas en América, una persona obesa era vista como un signo de poder y opulencia.

Continuando estos genes que anteriormente nos habían ayudado a sobrevivir en épocas donde escaseaba la comida hasta nuestros días donde principalmente en las regiones urbanas hay gran disponibilidad de alimento, provocando varias mutaciones dentro de su estructura, llamados microarreglos; los cuales son pequeñas modificaciones que se dan de manera natural dentro de un gen, para intentar de la mejor manera adaptarse al ambiente en el cual el organismo se desarrolla, sin embargo, las dietas que actualmente tenemos presentan un desequilibrio entre las calorías consumidas y las ocupadas en el día, lo que genera la activación de estos genes "ahorradores" y terminamos con sobrepeso y obesidad.

Esto se ha producido por un cambio importante en nuestra dieta dentro de nuestras sociedades dada a la globalización y al acceso de nuevos alimentos donde predomina una dieta rica en hidratos de carbono y grasas, propia de las sociedades industrializadas, donde la parte social juega un factor de vital importancia por los cambios en los estilos de vida de la población, además del factor económico

y la cultura que promueve el consumo de determinados alimentos.

En 2014 la OMS, determinó que la obesidad era y continúa siendo una de las primeras causas de muerte prevenible en el mundo, dado que durante ese año se estimó que alrededor de 1900 millones de adultos en el rango de edad de 18 años o más tenía sobrepeso y de los cuales 600 millones poseían algún grado de obesidad.

Y ¿En México?

Se estima que un 90% de los casos de diabetes mellitus tipo 2 se atribuyen al sobrepeso y obesidad, además de ocupar el segundo lugar de prevalencia de obesidad en la población adulta y el primer lugar de obesidad infantil a nivel mundial teniendo una mayor prevalencia en las mujeres que en los hombres de acuerdo a los datos de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (UNICEF).

Se realizó un análisis reciente de la transición epidemiológica en México, donde se encontró que las enfermedades crónicas no transmisibles causaron el 75% del total de las muertes en el país. Presentándose según las Encuestas Nacionales de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2006 y 2012, la Encuesta Nacional de Enfermedades Crónicas (ENEC) una tendencia al incremento constante habiéndose triplicado la prevalencia de obesidad y sobrepeso de 1980 al 2014.

La ENSANUT 2012 muestra que los hombres mayores de 20 años de edad alrededor del 42.6% presentan sobrepeso y 26.8% obesidad, mientras que en las mujeres un 35.5% presentan sobrepeso y 37.5% obesidad y nuestros niños en edad escolar (5 a 11 años) presentan una prevalencia de 19.8% y 14.6% respectivamente.

Siendo el país miembro de la OCDE con la menor expectativa de vida comparado con el resto de los países, a pesar de haber disminuido las cifras en el consumo de tabaco y alcohol, la presencia de factores como el sedentarismo, una dieta no balanceada rica en carbohidratos, promueven el incremento dramático que se ha visto en los últimos años, en el mismo análisis hacen una comparación de la mortalidad por enfermedad cardíaca isquémica donde los países miembros de la OCDE en el periodo de 1990 a 2013, mostraron un decremento del 45% a comparación de México donde permaneció prácticamente sin cambios, los niveles de sobrepeso y obesidad en la población mexicana representan una amenaza a la sustentabilidad de nuestro sistema de salud, dada la asociación con las enfermedades



no transmisibles y por el uso de recursos especializados que imponen un mayor costo en la atención y los servicios de salud.

Estimándose en México que la atención de las enfermedades producto de la obesidad y el sobrepeso tiene un costo anual de 64,501 millones de pesos, calculándose el costo de los gastos directos que son representados en la atención médica de las enfermedades atribuibles al sobrepeso y la obesidad como son los infartos, las enfermedades cerebrovasculares, hipertensión, diabetes tipo 2, algunos tipos de cáncer para el año 2017 en 77,919 millones de pesos. Según cálculos de un estudio de la OCDE, una persona con sobrepeso gasta un 25% más en servicios de salud y gana 18% menos además de presentar mayor ausentismo laboral que el resto de la población sana.

A pesar de la gran inversión que el país actualmente realiza en este rubro, México se encuentra entre la desnutrición por un lado y la obesidad infantil por el otro, los cuales siguen siendo un problema a solucionar en el país y de gran impacto en la salud, en lo social y lo económico, a pesar de las diversas intervenciones por parte de las distintas instituciones de salud y la disponibilidad de alimentos gracias a los programas de desarrollo social; las tasas de obesidad y desnutrición han continuado en las regiones urbanas y rurales respectivamente, independientemente de los intentos por implementar un gravamen extra a este tipo de alimentos con bajo nivel nutrimental, cuya repercusión no modificó su consumo en la población de una manera contundente, afectando la economía familiar en lugar de la disminución del consumo.

Entonces ¿qué es lo que hemos hecho en esta materia? Actualmente contamos con la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, donde se busca reforzar el modelo de prevención y cambiar paulatinamente el enfoque curativo de la atención, mediante la promoción de la salud, con el fin de disminuir la carga de las enfermedades no transmisibles que afectan el bienestar de la población y que además representan un grave riesgo para la sustentabilidad financiera del Sistema Nacional de Salud (SNS) de esta forma se busca que en conjunto a las distintas Secretarías y la Sociedad, trabajen para promover la desaceleración del aumento de la prevalencia y de los casos que se presentan.

Aunque la lucha para cambiar hábitos alimentarios inadecuados, la promoción del ejercicio y el consumo de agua simple potable, sea algo a lo que estamos acostumbrados a escuchar a diario, los pasos que se han ido dando son clave para el éxito, tal como es el Decreto No. 64 donde se encuentra la “Ley para la Prevención, Combate y Tratamiento del Sobrepeso, la Obesidad y los Trastornos Alimentarios del Estado de México y sus Municipios” publicado en la Gaceta de Gobierno del Estado de México el 17 de febrero del año en curso, donde se regula y promueve la coordinación entre las distintas secretarías para unificar los esfuerzos de detección, atención y promoción de hábitos saludables.

Lo que ha derivado en la creación el 22 de abril del año en curso del Consejo Estatal para la Prevención, Combate y Tratamiento del Sobrepeso, la Obesidad y los Trastornos

Alimentarios del Estado de México y sus Municipios, así como la intervención a partir del mes de mayo en al menos 33 de los municipios con mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad.

Referencias bibliográficas

1. D.A. de Luis, R. e. (2012). Relación del polimorfismo rs9939609 del gen FTO con factores de riesgo cardiovascular y de adiponectinas en pacientes con obesidad mórbida. *Nutrición Hospitalaria*, 27(4).
2. Dr. Manuel Hernández Triana, D. V. (2007). Obesidad, una epidemia mundial. Implicaciones de la genética. *Revista Cubana de Investigación BIOMED*, 26,27.
3. E. González Jimenez, M. A. (2012). Influencia del Entorno Familiar en el desarrollo del sobrepeso y la obesidad en una población de escolares de Granada. *Nutrición Hospitalaria*, 27(1).
4. Instituto de Salud Pública, Secretaria de Salud. (2012). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012 Estado de México. Ciudad de México: Instituto de Salud Pública.
5. Instituto de Salud Pública, Secretaria de Salud. (2012). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Ciudad de México: Instituto de Salud Pública.
6. Instituto Mexicano del Seguro Social. (2015). Panorama de la Obesidad en México. Ciudad de México: Revista Medica del Instituto Mexicano del Seguro Social.
7. OCDE. (2015). Health at glance 2015, How does Mexico compare? OCDE.
8. Organización Mundial de la Salud. (enero de 2015). Organización Mundial de la Salud . Obtenido de Obesidad y Sobrepeso: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
9. Ortega, A. M.-S. (2014). Cuestionando la efectividad de los impuestos a alimentos como medida de lucha frente a la obesidad. *Gaceta Sanitaria*, 28(1).
10. Poder Ejecutivo del Estado de México. (2016). Decreto 64, Ley para la Prevención, Tratamiento y Combate del Sobrepeso, la Obesidad y los Trastornos Alimentarios del Estado de México y sus Municipios. Gaceta del Gobierno.
11. Secretaria de Salud. (2013). Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes. Ciudad de México: Secretaria de Salud.