

Portada institucional

Titulo. Obesidad en Niños en zonas urbanas.

Agradecimientos y dedicatorias.

Índice general.

Introducción.

Planteamiento del problema.

(OMS 2024) El sobrepeso en la infancia y la adolescencia afecta de forma inmediata a la salud de los niños y adolescentes, y está asociado a un mayor riesgo de contraer, de manera precoz, distintas ENT, como la diabetes de tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares. La obesidad en la infancia y la adolescencia tiene consecuencias psicosociales adversas; afecta al rendimiento escolar y a la calidad de vida, a lo que se añaden la estigmatización, la discriminación y la intimidación. Los niños con obesidad tienen muchas probabilidades de ser adultos con obesidad y además corren un mayor riesgo de sufrir ENT en la edad adulta. Los niños de los países de ingreso bajo y mediano son más vulnerables a una nutrición prenatal, del lactante y del niño pequeño deficiente. Al mismo tiempo, estos niños están expuestos a alimentos altos en grasas, azúcar y sal, alto contenido calórico y bajo contenido en micronutrientes, cuyo costo suele ser menor, así como la calidad de sus nutrientes. Estos hábitos alimenticios, junto con unos niveles más bajos de actividad física, provocan un aumento drástico de la obesidad infantil.

Se estima que, en 2022, 37 millones de niños menores de 5 años tenían sobrepeso. Considerado en tiempos como un problema de los países de ingreso alto, el sobrepeso va en aumento en los países de ingreso bajo y mediano. En África, el número de niños menores de 5 años con sobrepeso se ha incrementado en casi un 23% desde el año 2000. Prácticamente la mitad de los niños menores de 5 años que tenían sobrepeso o eran obesos en 2022 vivían en Asia. En 2022, más de 390 millones de niños y adolescentes de 5 a 19 años tenían sobrepeso. La prevalencia del sobrepeso (lo que incluye la obesidad) entre los niños y adolescentes de 5 a 19 años ha aumentado drásticamente, pasando del 8% en 1990 al 20% en 2022. Este aumento ha afectado de la misma manera a niños y niñas: en 2022, el 19% de las niñas y el 21% de los niños tenían sobrepeso. Mientras que tan solo el 2% de los niños y adolescentes de 5 a 19 años eran obesos en 1990 (31 millones de jóvenes), en 2022 el 8% de los niños y adolescentes eran obesos (160 millones de jóvenes), (2024 OMS).

La obesidad infantil está aumentando a un ritmo alarmante en todo el planeta, y esto incluye Latinoamérica y las poblaciones latinas de Estados Unidos, que tienen una de las tasas de obesidad infantil más elevadas del mundo. Los países de Latinoamérica y Estados Unidos han invertido en investigación con el fin de entender, monitorear y reducir la prevalencia de la obesidad infantil. En las últimas décadas, la prevalencia de la obesidad infantil ha aumentado de manera alarmante en todo el mundo. Según un estudio publicado por la revista médica The Lancet, la prevalencia de la obesidad infantil en las niñas pasó del 0,7 % en 1975 al 5,6 % en 2016. En los niños, el aumento fue aún mayor, del 0,9 % en 1975 al 7,8 % en 2016. Como consecuencia, hoy en día, unos 124 millones de niños y adolescentes entre las edades de 5 y 19 en todo el mundo tienen criterios de obesidad. Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), en América Latina y el Caribe el 7,2 % de los niños menores de 5 años vive con sobrepeso. Se trata de un total de 3,9 millones de niños, 2,5 millones de los cuales viven en Sudamérica, 1,1 millones en Centroamérica y 200 000 en el Caribe. (Factores determinantes y estrategias de prevención en la obesidad infantil en América Latina, Vol. 8 No. 2 ISSN 2024)

A corto plazo, la obesidad infantil puede tener efectos emocionales y en salud mental como ansiedad, depresión, baja autoestima, falta de concentración y problemas de aprendizaje, problemas respiratorios, dislipidemia, entre otros. En México, el problema de obesidad infantil es grave, ocupando el primer lugar a nivel mundial. Según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del 2022, aproximadamente 1 de cada 10 niños y niñas entre 2 a 4 años de edad (preescolares) y 4 de cada 10 entre 5 y 11 años (escolares) padecen de sobrepeso u obesidad a nivel nacional.

En algunos estados las cifras son aún más alarmantes. En la etapa preescolar Guanajuato (24.3%) Tabasco (15.9%), Nayarit (14.5%), Tamaulipas (14.4%) Quintana Roo (12.9%) son los estados con mayor prevalencia de obesidad; y en la etapa escolar en Nuevo León (49.8%), Quintana Roo (48.0%), Ciudad de México (47.6%), Guanajuato (46.5%) y Yucatán (43.6%) las cifras indican que 1 de cada 2 niños presentan sobrepeso u obesidad (OMI). (IBERO 2024)

En Tapachula, Chiapas, los adolescentes de 12 a 15 años, presentan una prevalencia de bajo peso de 0.9%, Sobrepeso de 20.7% y obesidad de 25.5%. El objetivo del estudio fue evaluar el impacto de un plan de alimentación (menú, tabla de equivalentes y recomendaciones de actividad física) sobre el estado nutricional de adolescentes con malnutrición (desnutrición, sobrepeso y obesidad) en escuelas de Educación Secundaria en Tapachula, Chiapas. Se realizó un estudio Cuasiexperimental con 170 adolescentes, diagnosticados con malnutrición, de entre 12 y 15 años, se elaboró un plan de alimentación personalizado y se realizó la medición de indicadores antropométricos y dietéticos a los 30 días posterior a la intervención. Se observó una disminución en la prevalencia de desnutrición moderada (-0.76%) y sobrepeso (-12%), el 7% de los estudiantes pasó de malnutrición a normopeso, sin embargo la obesidad tuvo un aumento de 5.76%. (CIENCIA LATINA INTERNACIONAL 2023)

Referencias.

1. GBD 2019 Risk Factor Collaborators. Global burden of 87 risk factors in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet*. 2020;396:1223–1249.
2. Risso V, Gitz E. (2019). Plan Nacional de Prevención de la Obesidad Infantil. . *Española de Nutricion y Dietética*, 23(1), 153 - 154. Retrieved 18 de Diciembre de 2023, from <https://www.renhyd.org/renhyd/article/download/902/525>
3. Appel, J. M., Fullerton, K., Hennessy, E., Korn, A. R., Tovar, A., Allender, S., Economos, C. D. (2019). Design and methods of Shape Up Under 5: Integration of systems science and community-engaged research to prevent early childhood obesity. *PLoS ONE*, 14(8). doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220169>
4. Aceves-Martins, M., López-Cruz, L., García-Botello, M., Gutierrez-Gómez, Y., & Moreno-García, C. (2022). Interventions to Treat Obesity in Mexican Children and Adolescents: Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrition Reviews*, 80(3), 544–560. doi:<https://doi.org/10.1093/nutrit/nuab041>