

Portada institucional

Titulo. Índice de Obesidad y sobrepeso en niños y adolescentes 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 (Berrigan D, et al, 2021)

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. (Pinheiro P, 2023).

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 (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 Revista Científica Multidisciplinar, 2023)

La obesidad y el sobrepeso es un problema, no solo nacional sino a nivel mundial, que afecta a la salud de las personas, y esto ha ido en aumento en las últimas décadas debido a la facilidad de accesos a productos en el mercado con un alto contenido en calorías, el tener una dieta no equilibrada y por la ausencia de ejercicio físico, son factores que incrementan la tasa de obesidad en la población mundial, principalmente en zonas urbanas. En base a lo anterior nos hacemos la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el índice de obesidad y sobrepeso en niños y adolescentes en zonas urbanas?

Pregunta de Investigación.

¿Cuál es el índice de obesidad y sobrepeso en niños y adolescentes en zonas urbanas durante el periodo ?

Justificación.

El sobrepeso y la obesidad en la infancia y la adolescencia se ha vuelto un problema de salud pública y las cifras de niños siguen en aumento, la obesidad y el sobrepeso es una enfermedad que se considera reversible, es un problema generado por una alimentación con un alto contenido en calorías así también por una vida limitada en actividad física, se debe tener en cuenta que también puede ser causado por factores genéticos o por personas que sufren depresión, este tipo de personas suelen sobrealimentarse, las personas con una alimentación no equilibrada suelen consumir alimentos demasiado procesados o alimentarse muy frecuentemente con comidas rápidas que tienen muy pocos micronutrientes y vitaminas que son esenciales para el desarrollo humano y la salud, la obesidad y el sobrepeso contribuyen a un gran número de enfermedades no transmisibles, por lo cual es de vital importancia llevar una dieta saludable rica en nutrientes esenciales como proteínas, carbohidratos y lípidos.

En el presente trabajo analizaremos los índices de sobrepeso y obesidad, así como también sus causas y consecuencias que generan en los niños y adolescentes en el municipio de Comitán de Domínguez, Chiapas y crear consciencia, así como también crear estrategias que ayude a la población a disminuir los índices altos y problemas que genera en este municipio. Esta enfermedad ha causado muchos problemas en la población ya que afecta en realizar cómodamente tus actividades cotidianas.

El análisis de este tema tiene como objetivo crear acciones que favorezcan a la disminución así también como la prevención y crear conciencia en la población, para que tengan conocimiento y pongan en práctica los buenos hábitos alimenticios y la realización de actividad física frecuentemente, para así evitar que los niños y adolescentes presenten problemas en su edad adulta y puedan llevar una vida más saludable y activa.

Referencias.

1. Montejo-López, R., Morales-Isidoro, A. G., Camacho-Wong, T., Quintero-Tamariz, A. A., RobledoVillarreal, J. d., & Toledo- Domínguez, S. I. (2022). Prevalencia de malnutrición en adolescentes de Tapachula, Chiapas, México. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 9558-9566. doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4085
2. Berrigan D, Arteaga S, Colón U, Rosas L, Monge R, O'Connor T, Pérez R, F.S.Roberts E, Sánche B, Téllez M, Vorkoper S. (2021). Desafíos de medición para la investigación de la obesidad infantil en y entre América Latina y Estados Unidos. *Obesity Reviews*, 22(S5). <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/obr.13353>
3. Pinheiro P. (2023). Retrieved 02 de Noviembre de 2023, from MD.SAÚDE: <https://www.mdsaude.com/es/pediatria-es/obesidadinfantil/#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la%20Salud%2C%20la,ni%C3%B1os%20y%20los%20cambiantes%20modos%20de%20transporte.%20>
4. Ancira M., Hernan Hernandez F., Burrola M., Hernandez C., Pérez N., Muciño S., Hoyos L., (2024) Obesidad Infantil en Mexico. IBERO