



OBESIDAD EN TRABAJADORES DE LA JURISDICCIÓN SANITARIA 003

Sandra Guadalupe Suárez Carreri

Materia: Seminario De Tesis

Nombre del profesor: Profesor María Del
Carmen cordero Gordillo.

Grado: 9no Cuatrimestre

Carrera: Nutrición -A-

Comitán de Domínguez Chiapas a 13 de abril del 2020.

Capítulo II Origen y evolución del tema

Esta absolutamente claro que la obesidad no es un estilo de vida el cual no es elegido por agrado sino mas bien es visto desde tiempos remotos como una enfermedad por lo que es importante el conocer las razones de su origen y por supuesto las maneras en las que se ha combatido a lo largo de la historia,

La palabra " obeso" proviene del latín " obedere" palabra la cual está formada de las raíces ob (sobre, o que abarca todo) y edere (comer), es decir " el que devora todo" por lo que obtiene una relación directa con la forma de alimentación. El primer uso conocido de esta palabra fue en 1651 en lengua inglesa, en un libro de medicina noha biggs (Biggs, Noha (fl. 1651), medical practitioner and social reformer).

En la edad antigua la obesidad era considerada una moda, es decir una tendencia en todas las figuras idóneas, es por ello que esta condición esta tan presente en pinturas, estatuas y como la morfología de diversos personajes protagónicos en la literatura, así como en Italia durante la época, en donde era considerada un símbolo de riqueza y de prosperidad ya que demostraba que quienes se encontraban "obesos" o con un cuerpo rechoncho poseían los suficientes recursos para poder comer más allá de las necesidades biológicas básicas.

Ahora bien, en otras culturas lejos de ser considerada un canon de belleza se entiende como un habito o una imagen poco atractiva e insana, un ejemplo de ello es la cultura griega, específicamente Hipócrates, quien llego a describir a la obesidad como "la relación directa entre las personas obesas con la muerte

súbita” descripción que deja en claro el peligro con el que la obesidad era vista en su época, este personaje realizó minuciosos estudios de la enfermedad a través de los síntomas de los pacientes uno de ellos la infertilidad y los problemas menstruales que se relacionaban con ella, junto con una gran variedad de síntomas se logró localizar de igual manera la fatiga casi inmediata al momento de realizar cualquier actividad, por ello se cree que la obesidad afecta inmediatamente en el trabajo, puesto que no simplemente afecta el estado físico sino que se ven involucrados factores psicosociales junto a ello, se habla de trastornos alimenticios provocados por la presión que la obesidad conlleva, una de estas presiones es una buena presentación y claro la eficacia y eficiencia en el trabajo debido a la fatiga celular lo que refiere que el organismo al recibir alimento en exceso generando lo que actualmente se conoce como inflamación subclínica. Encima de realizar estas investigaciones, Hipócrates desarrollo teorías respecto a el funcionamiento del cuerpo basada en elementos y humores que más que de emociones habla de líquidos como lo son la bilis negra, amarilla, flema y sangre los cuales son líquidos relacionados con el carácter de las personas por lo que esta teoría posee una fuerte relación al tema de estudio ya que el estrés que es considerado un estado de cansancio mental provocado por las exigencias de rendimiento superiores a lo normal que generalmente se producen durante el trabajo igualmente cuando las reservas de energía son bajas o incorrectas. Se ha demostrado que una dieta elevada en grasas y la ansiedad laboral afectan directamente al hígado ya que de acuerdo a estudios realizados cuando se sufre de estos trastornos emocionales se produce un derrame de bilis, si bien esta condición ya afecta al organismo hay que recordar que durante la

obesidad la síntesis de colesterol en el hígado incrementa así como en la vesícula biliar creando una sobresaturación de colesterol lo cual provoca un riesgo latente a litiasis (formación de piedras) las cuales incrementan su tamaño conforme al grado de obesidad que se presente.

Los avances relacionados al tema de la obesidad se encuentran en muchas culturas, una ejemplificación de ello es la medicina árabe particularmente en “el canon de la medicina” dentro del cual Avicena describió recomendaciones para tratar la obesidad.

1) Procurar un rápido descenso de los alimentos por el estómago y el intestino con objeto de evitar su completa absorción por el mesenterio.

2) Tomar alimentos voluminosos, pero poco nutritivos. Únicamente con la intención de engañar a la mente respecto a las necesidades calóricas.

3) Tomar un baño, a menudo, antes de comer.

4) Ejercicio intenso. El cual fue utilizado dentro de otras culturas, así como en la actualidad ya que se ha comprobado que la obesidad es el resultado del desequilibrio de kilocalorías consumidas y la actividad física, así que entre mayor sea la demanda o el ejercicio mayor será la necesidad del consumo calórico o el desgaste de estos.

Durante el transcurso del siglo XVII específicamente en Europa incremento la publicación de textos y monografías médicos los cuales dieron a conocer el verdadero paradigma de la medicina y por ende de la obesidad, muchos de estos textos basados en las teorías de Hipócrates y Galeno quienes resaltaban la

importancia de incremento de movimiento y el consumo de “alimentos puros” verduras, frutas y cereales.

Siglos más adelante, en 1727 se publicó la primera monografía escrita en inglés sobre la obesidad, debida a Thomas Short: “Discourse on the causes and effects of corpulency together with the method for its prevention and cure en ella afirma que la “corpulencia” (término de la época para denominar la obesidad) es un estado mórbido, recuperando así un concepto hipocrático y aunque algunas de las causas indicadas o tratamientos propuestos son claramente incorrectos, Short describe como causa de obesidad el sedentarismo y la ingesta de algunos alimentos como dulces, grasas y sustancias ricas en aceite.

Durante la edad contemporánea durante la revolución francesa (1798) el interés por la obesidad o “polisarcia” el numero de publicaciones relacionadas al tema también se fueron en aumento, años mas tarde en 1842 en el Textbook of Medicine de Hufteland fueron resumidas las ideas sobre la poliscaria en donde se hace una clara referencia a el diagnostico, patogenia y terapia seleccionada para los pacientes. El diagnostico si bien sigue siendo el mismo dentro de la patogenia se emociona que efectivamente el uso inmoderado de alimentos, en especifico de carnes y la disminución de ejercicio, así como la poca o escasa eliminación de desechos por el poco consumo de fibra son sin duda factores de riesgo específicos para la aparición de la obesidad.

Dentro de la terapia la idea central se basa en la disminución de ingesta de alimentos y el aumento de la eliminación de estos. Dentro de los alimentos permitidos se encuentran vegetales, comidas acuosas, ejercicio corporal intenso,

excitación de aficiones mentales, promoción de todas las secreciones como la respiración y la evacuación, tratamiento mercurial y en casos extremos yodo.

Como se intenta aclarar a lo largo del tema, la obesidad ha tomado diferentes visiones en la historia, es así como apenas alrededor del año 1908 el diagnóstico de la población en México radicaba en desnutrición, tiempo después alrededor del 2000 de acuerdo a ENSANUT mujeres de alrededor de 20 a 59 años de edad poseían una prevalencia a la obesidad de 36% a 28% y a los hombres del 40% a 18.6% así como un cambio demográfico importante en donde se demuestra el incremento de un 20% de la población de la zona Urbana lo que demuestra por lo tanto el ritmo de vida y por ende los hábitos adoptados forman parte fundamental de la generación de esta enfermedad, los estilos de vida urbanizados se caracterizan por ser poco saludables además de acelerados pero esta claro que no todos los individuos son susceptibles de la misma manera. Según la hipótesis del género adaptativo propuesta por Neel en 1962 en donde refiere que las personas de escasos recursos podrían haber desarrollado un mecanismo de adaptación metabólica, lo cual quiere decir que aquellos individuos con limitadas cantidades de calorías o expuestas a largos periodos de hambruna se acostumbran a guardar o metabolizar menos nutrientes como forma de protección y en el momento en el que se exponen a un consumo de alimentos mayor al común dentro de su ritmo de vida el organismo automáticamente tiende a reservar la energía en forma de obesidad, muchos trabajadores de base, como secretarias o contadores refieren de esta situación, por el limite de tiempo

otorgado en el trabajo muchos de ellos se encuentran confinados a dos o hasta una comida durante el día y al mismo tiempo tener obesidad.

Ahora México se encuentra aun en proceso de desarrollo y de cambios socioculturales los cuales analizando negativamente los aspectos asociados es posible observar una connotación negativa en los habitantes, muchos de ellos relacionados con la dieta y la nutrición, la población mexicana posee una gran modificación de patrones de alimentación presenta un gran aumento tanto de alimentos ricos en colesterol como de grasas saturadas, azúcares y sodio, pero ¿Por qué culpar a la urbanización? Pues bien, dentro de la cultura mexicana existen dietas llevadas por los ancestros y aun por pequeñas zonas rurales basadas en los alimentos típicos producidos en el país como lo son el maíz, el frijol, chile, calabaza, alimentos de huertos, la antropología nutricional combina perspectivas tanto de la antropología cultural como de la biología, en un intento de integrar estudios del comportamiento humano y de la organización social con aquellos del estado nutricional, requerimientos de nutrientes y siendo por lo tanto una aproximación biocultural. Dentro de esta área, la teoría ecológica enfatiza el comportamiento alimentario y requerimientos nutricionales en el contexto del ambiente físico y social; la teoría evolutiva enlaza aspectos de la evolución humana, tales como selección, adaptación y enfermedades, con los alimentos y la dieta.

México posee un amplio mosaico de expansiones regionales, de acuerdo a Casanueva (2001) la dieta mexicana es promedio es equilibrada y valiosa además de que resulta mas recomendable que la de aquellos países

denominados desarrollados siempre y cuando se de en condiciones de suficiencia y diversidad, hay que recordar la herencia de cada cultura si bien México se beneficia de este amplio aspecto en gastronomía países como Italia actualmente continúan sufriendo un gran numero de casos de obesidad mórbida y que a diferencia del país la dieta en la cual está basada su alimentación predomina tanto en carnes como leguminosas, alimentos de gran carga calórica y sobre todo con un alto aporte de grasa y proteínas.

La creciente urbanización que aísla de la producción alimentaria a un grupo importante de la población, desestructura la organización familiar, la somete a ritmo de vida acelerada, a la agenda cultural de los medios masivos y al bombardeo sistemático de la publicidad, haciendo posible que la ideología dominante prevalezca sobre la realidad estructural en la que se vive.

Se expone que los fenómenos epidemiológicos y nutricionales documentados en México aparecen a partir de la década de los 80's e inicios de los 90's junto con el tratado de libre comercio en 1944, de acuerdo a la ley de inversión extranjera en 1993, la modificación del artículo 27 el cual hace referencia a la tendencia de ejidos en 1992 y a la supresión de licencias de importación de bienes agrícolas desde 1985, lo que conlleva a la integración del sistema alimentario mexicano con el estadounidense, lo cual propone la inversión directa de países extranjeros a las actividades económicas de México, la industria, comercio y agricultura lo cual por consecuente produjo un gran cambio en el ambiente alimentario, debido a que estos se ven influenciados por "los ambientes obesogénicos" aquellos factores que si bien no afectan de manera directa a la

población, llegan a tener una influencia por medio de la liberación de el mercado global así como de la tecnología de alimentos lo que cambia a otra perspectiva tanto la calidad como la naturaleza de alimentos disponibles por lo que la compra de alimentos procesados que en palabras de la FAO “son frecuentemente altos en azúcar, grasas, sal y pobres en micronutrientes importantes” que a partir de estas fechas incrementaron su producción a un 50% en los mercados.

Con respecto al ejercicio físico, el sedentarismo y el abandono deportivo se han convertido en una de las grandes preocupaciones de la sociedad en la que vivimos, sociedad que, para combatir dicho problema, demanda la práctica de actividad físico-deportiva como hábito saludable, últimamente se ha observado una tendencia al comportamiento sedentario promovido por la mecanización creciente tanto de los medios de transporte como de las actividades del tiempo libre o del trabajo, serían los principales factores asociados a un menor gasto de energía esto se debe muchas veces a la necesidad de disminuir el tiempo para realizar las actividades laborales, puesto a que en institución existe una hora determinada tanto de entrada como de salida y sus propios horarios de descanso, los cuales llegan a ser escasos dejando que los trabajadores se expongan a los alimentos mayormente encontrados en la zona, en el caso de los trabajadores de la jurisdicción sanitaria estos alimentos se encuentran en fondas, vendedores ambulantes los cuales desgraciadamente no presentan un cuidado preciso en el contenido nutricional y otros en el aspecto higiénico, sin embargo, al ser el trabajo necesario y sin cambio de condiciones es mayor mente optativo el adaptarse al medio por lo que se debe generar un plan de alimentación basado en el desgaste

tanto físico como mental de los individuos; conjunto a esto, los reducidos espacios de vivienda y los pocos lugares dedicados a la actividad física accesibles y seguros que se observan en las grandes ciudades, donde se concentra la mayoría de la población permiten y alientan que nuestros niños no practiquen la actividad física indispensable; a esto tenemos que agregar que a diferencia de países bien desarrollados en nuestras escuelas no se le da importancia al deporte como parte integral del desarrollo humano, en la ciudad si bien existen centros recreativos como canchas, parques, o gimnasios estos suelen estar comúnmente retirados del área laboral o suelen requerir de una aportación mensual la cual no está a disposición de todos los trabajadores. A pesar de esto esta claro que la culpa no es únicamente de las condiciones económicas o demográficas ya que también deja expuesto el hecho de la falta de cultura física en la sociedad, la promoción de movimiento y de ejercicio se ha tratado de implementar hasta hace poco en el país por medio de programas los cuales recomiendan la activación física de por lo menos 30 minutos al día, este programa se implemento principalmente en escuelas buscando que toda la población estudiantil a practicar una actividad física y a pesar de que se realiza la invitación a sectores tanto públicos como privados fueron pocas las instituciones no educacionales quienes implementaron esta estrategia.

Pero ahora hay que analizar no solo los perjuicios que la obesidad ocasiona a la salud sino también a la situación económica dentro del país, conforme han pasado los años, los costos directos e indirectos del sobrepeso y la obesidad han ido en aumento, y recientemente la secretaria de salud los ha estimado. El costo

relacionado con la obesidad calculado por el programa del adulto y del anciano de la secretaria de salud es de 3.6 millones de dólares en 1998, de acuerdo a la situación que se presenta solo existe un estudio realizado basado en la población mundial por parte de Christopher Wanjek (escritor freelance) quien en su estudio "La alimentación en el trabajo" comenta que la alimentación inadecuada llega a causar perdidas de hasta el 20% de la productividad, frecuentemente se cree que la alimentación en el trabajo es meramente un elemento secundario o como una oportunidad perdida de aumentar tanto productividad como moral.