



**Mi Universidad**

## **Epidemiología**

*Nombre del Alumno: Genesis Alyed Hernandez Martinez*

*Nombre del tema: Obesidad*

*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: Salud pública*

*Nombre del profesor: Irma Sánchez Prieto*

*Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana*

*Semestre: 2*

# EPIDEMIOLOGÍA DE LA OBESIDAD EN MÉXICO

La obesidad es un problema de salud pública debido a que se ha asociado con el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles como son la diabetes, hipertensión, enfermedad cardiovascular y cáncer.

En México, el 70% de los mexicanos padece sobrepeso y casi una tercera parte sufre de obesidad, además, esta enfermedad se asocia principalmente con la diabetes y enfermedades cardiovasculares, pero también con trastornos óseos y musculares y algunos tipos de cáncer.

Los hábitos alimenticios poco saludables y la falta de ejercicio ocasionan el 32% de las muertes de mujeres y el 20% de hombres en el país.

La forma más efectiva para conocer el grado de obesidad y sobrepeso en las personas es de acuerdo a su Índice de Masa Corporal (IMC).

De acuerdo con criterios establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), se considera que una persona tiene sobrepeso cuando su IMC está entre 25.0 y 29.9; se considera obesidad grado I cuando el IMC está entre 30.0 y 34.9; obesidad grado II cuando el IMC está entre 35.0 y 39.9, y obesidad grado III cuando el IMC es igual o mayor a 40.

## Datos sobre la obesidad en México:

1. **42.6% de los hombres mayores de 20 años de edad, presentan sobrepeso y 26.8% obesidad.** (Fuente: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012).
2. **35.5% de las mujeres mayores de 20 años de edad, presentan sobrepeso y 37.5% obesidad.** (Fuente: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012).
3. En México, aproximadamente **7 de cada 10 adultos tienen exceso de peso.**
4. ¡Revisa tu peso y talla! **La cintura del hombre debe medir menos de 90 cm** y la de las **mujeres menos de 80 cm.**
5. Alrededor de **30% de menores de edad tiene sobrepeso u obesidad.**
6. **Una de cada 5 muertes en el país es causada por diabetes**, enfermedad asociada a la obesidad.
7. El **Gobierno de la República** lanzó la **Estrategia Nacional para la Prevención y el Control de Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes** que está integrada por tres pilares: salud pública, atención médica oportuna; y la regulación sanitaria y una política fiscal en favor de la salud.
8. Debemos **realizar al menos 30 minutos diarios de actividad física.**

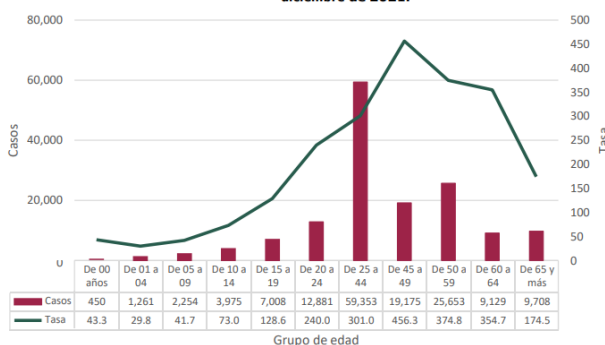
9. La **actividad física** es todo **movimiento del cuerpo en el que se requiere más energía comparada con el reposo**, y puede ser caminar, correr, bailar, nadar, practicar yoga, podar el jardín, entre otros.
10. Incluye en todas tus comidas del día una fruta o verdura; un cereal o leguminosa y productos de origen animal, además **bebe dos litros (8 vasos) de agua**.

## INCIDENCIA:

Grupo de ENT	Epi-Clave	Padecimiento	Casos	Porcentaje de las ENT	Tasa de incidencia por cada 100 mil hab.
Enfermedades nutricionales	135	Obesidad	235,683	14.8%	182.7

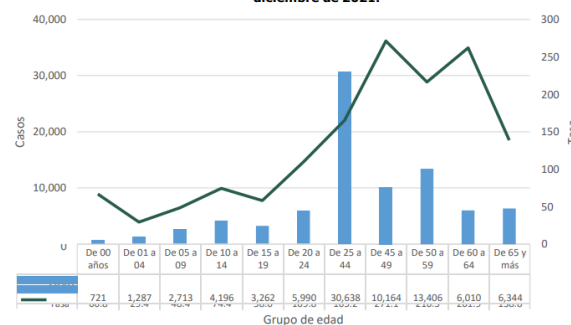
En México, en el año 2021, la tasa nacional de incidencia de obesidad aumentó a 180.8 casos por cada 100 mil habitantes; la entidad con mayor incidencia hasta junio de 2021 fue Quintana Roo con 403 casos por cada 100 mil habitantes, seguida de Colima con 311.4 casos, Chihuahua con 289.8 casos, Nayarit con 260.6, Baja California con 257.1 casos y Tamaulipas 253.9 casos. Las entidades con una tasa de incidencia menor fueron Guanajuato, Oaxaca y Chiapas (Figura 6). Los casos de esta enfermedad han tenido mayor tasa de incidencia en mujeres y de 45 a 49 años (456.3 casos por cada 100 mil mujeres) y el mayor número de casos se ha registrado en el grupo de 25 a 44 años (Gráfico 21). Mientras tanto en hombres la mayor tasa de incidencia se ha observado en el grupo de 45 a 49 y en el de 60 a 64 años, pero el mayor número de casos se registra en el grupo de hombres de 25 a 44 años.

Gráfico 21 Tasa de incidencia y casos acumulados de obesidad en mujeres. México enero – diciembre de 2021.



Fuente: Sistema Único Automatizado para la Vigilancia Epidemiológica (SUAVE). Información hasta la SE 52 de 2021.

Gráfico 22 Tasa de incidencia y casos acumulados de obesidad en hombres. México enero – diciembre de 2021.



Fuente: Sistema Único Automatizado para la Vigilancia Epidemiológica (SUAVE). Información hasta la SE 52 de 2021.

## MORBILIDAD:

- De acuerdo la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2018), en México del total de adultos de 20 años y más, 39.1% tienen sobrepeso y 36.1% obesidad (75.2%), mientras que en el caso de los niños de 0 a 4 años 22.2% tiene riesgo de sobrepeso y los de 5 y 11 años 35.6% muestran esta condición.
- 
- Estimaciones realizadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde 1975, la obesidad se ha casi triplicado en todo el mundo, en 2016 más de 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales, más de 650 millones eran obesos.
- 41 millones de menores de cinco años tenían sobrepeso o eran obesos y 340 millones de niños y adolescentes (de 5 a 19 años) presentaban la misma condición.
- Tan solo los países que conforman la OCDE, dedican 8.4% de su presupuesto total en salud al tratamiento de enfermedades relacionadas con la obesidad, padecimiento que está detrás del 70% de todos los costos de tratamientos relacionados con la diabetes, 23% con enfermedades cardiovasculares y 9% del cáncer.

## MORTALIDAD:

En los últimos 6 años se dispararon en más de 50% las muertes por sobrepeso y obesidad. Cada hora, en promedio, mueren 27 mexicanos por esta causa.

De acuerdo con Jorge Vargas, doctor en nutrición poblacional e investigador de El Poder del Consumidor, de las 225 mil 449 muertes por enfermedades del corazón en 2021 en México, 49% se atribuyen a la obesidad, es decir, un total de 109 mil 568.

De las 140 mil 729 muertes por diabetes, el 56% se atribuyen a la obesidad, un total de 78 mil 668 muertes.

De las 90 mil 124 muertes por tumores malignos, se atribuyen un 35% a la obesidad, lo que se traduce en 31 mil 994.

De las 41 mil 890 muertes por enfermedades del hígado, 18% se atribuyen a la obesidad, un total de 7 mil 624.

En tanto, las 37 mil 169 muertes causadas por enfermedades cardiovasculares, 26% se atribuyen a la obesidad, es decir, 9 mil 820.

“De acuerdo con los datos de Inegi, sobre mortalidad, y de acuerdo con la carga global de enfermedad, se atribuyen al sobrepeso y la obesidad 237 mil 674 muertes en 2021, es decir, 652 muertes cada día, lo que corresponde a más de 27 muertes por hora debido a esta causa. De 157 mil 927 muertes por sobrepeso y obesidad atribuidas en 2015 al sobrepeso y la obesidad pasamos a 237 mil 674 en 2021, un aumento de más de 50%”, indicó Vargas.

## BIBLIOGRAFÍA

de la República EPN, P. (s/f). *10 Datos sobre la obesidad en México*. gob.mx. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de <https://www.gob.mx/epn/es/articulos/10-datos-sobre-la-obesidad-en-mexico>

del Estado, I. de S. y. S. S. de L. T. (s/f). *La Obesidad en México*. gob.mx. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de <https://www.gob.mx/issste/articulos/la-obesidad-en-mexico>

*Obesidad mata a 27 mexicanos cada hora; industrias le ponen el pie a lucha contra este mal*. (2022, noviembre 10). Alianza por la Salud Alimentaria. <https://alianzasalud.org.mx/2022/11/obesidad-mata-a-27-mexicanos-cada-hora-industrias-le-ponen-el-pie-a-lucha-contra-este-mal/>

Procuraduría Federal del Consumidor. (s/f). *Obesidad y sobrepeso. Menos kilos, más vida*. gob.mx. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de <https://www.gob.mx/profeco/documentos/obesidad-y-sobrepeso-menos-kilos-mas-vida?state=published>

(S/f). Gob.mx. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/745354/PanoEpi\\_ENT\\_Cierre2021.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/745354/PanoEpi_ENT_Cierre2021.pdf)