



UDS

Mi Universidad

RESUMEN

Nombre del Alumno: Espinosa Méndes Luis Antonio

Nombre del tema: Prevalencias de sobrepeso y obesidad en población escolar y adolescente de México.

Parcial: Iro.

Nombre de la Materia: Salud pública

Nombre del Asesor: Leal López Johanna Guadalupe

Nombre de la Licenciatura: Nutrición.

Cuatrimestre: 7mo

El sobrepeso y la obesidad (SP+OB) en niños y adolescentes es un problema creciente en todo el mundo; se estima que de 1975 a 2016 se cuadruplicó ya que pasó del 4 al 18%. En América Latina, 30% de la población de 5 a 19 años tiene esta condición, encabezando la lista México, Argentina y Chile.

En México, las prevalencias de SP+OB en estos grupos de edad también han mostrado un continuo aumento a través de los años. En 1999, esta condición se presentó en 26.8% de los escolares y aumentó a 35.2% en 2018. Por otro lado, en mujeres adolescentes, el SP+OB en 1988 era de 11.1% y en 2018 de 38.4%. En el caso de los hombres de este mismo grupo de edad, la prevalencia de SP+OB en 2006 era de 33% y en 2018 de 35.6%. El exceso de peso en la infancia y la adolescencia está relacionado con una serie de factores, incluyendo una dieta poco saludable rica en calorías y grasas saturadas, el prolongado tiempo frente a las pantallas y la falta de actividad física.

Todos estos factores son determinados por un entorno obesogénico, el cual está constituido por la elevada disponibilidad de alimentos y bebidas ultraprocesados en los mercados y su publicidad en diferentes medios, la falta de espacios seguros para realizar actividad física y la deficiencia en el medio de transporte, además de factores estructurales como políticas de gobierno, industria alimentaria y producción agrícola, entre otros.

El sobrepeso y la obesidad (SP+OB) en niños y adolescentes es un problema creciente en todo el mundo; se estima que de 1975 a 2016 se

cuadruplicó ya que pasó del 4 al 18%. En América Latina, 30% de la población de 5 a 19 años tiene esta condición, encabezando la lista México, Argentina y Chile.

En México, las prevalencias de SP+OB en estos grupos de edad también han mostrado un continuo aumento a través de los años. En 1999, esta condición se presentó en 26.8% de los escolares y aumentó a 35.2% en 2018. Por otro lado, en mujeres adolescentes, el SP+OB en 1988 era de 11.1% y en 2018 de 38.4%. En el caso de los hombres de este mismo grupo de edad, la prevalencia de SP+OB en 2006 era de 33% y en 2018 de 35.6%.

El exceso de peso en la infancia y la adolescencia está relacionado con una serie de factores, incluyendo una dieta poco saludable rica en calorías y grasas saturadas, el prolongado tiempo frente a las pantallas y la falta de actividad física. Todos estos factores son determinados por un entorno obesogénico, el cual está constituido por la elevada disponibilidad de alimentos y bebidas ultraprocesados en los mercados y su publicidad en diferentes medios, la falta de espacios seguros para realizar actividad física y la deficiencia en el medio de transporte, además de factores estructurales como políticas de gobierno, industria alimentaria y producción agrícola, entre otros.

La prevalencia de SP+OB en niños escolares (5 a 11 años) se ubicó en 37%, mientras que en la población adolescente fue de 41%.

CONCLUSIÓN.

El sobrepeso y la obesidad es un problema grave y significativo en muchas regiones del mundo, aunque es bien sabido que en países latinoamericanos este problema acrecenta aun más, tal es el caso de México, que si bien es un país rico en cultura, gastronomía, geografía y entre muchas cosas más, es un país que sobresale también por altos índices de sobrepeso y obesidad comparado a otras partes del mundo. Desde una perspectiva personal puedo aportar que este problema se deba quizá más a un tema cultural antes que económico, pues desde muy chicos recibimos y adoptamos ciertos hábitos alimenticios que nos transmiten nuestros padres, sin embargo culpar a una generación en específico por estos hábitos sería un planteamiento erróneo, pues si bien alguna de estas generaciones debió erradicar dichos hábitos, estos mismos fueron transmitidos desde muchas más generaciones atrás.

Otro factor a tomar en cuenta es el factor genético, pues si bien hay personas en México que desde pequeños fueron inculcados con buenos hábitos alimenticios, puede existir también una incidencia por sobrepeso y obesidad debido a genes transmitidos por generaciones predecesoras que si bien no imposibilitan el hecho de una buena salud cardiovascular o un IMC ideal si hacen que personalmente este sea más difícil.

Prevalencia de prediabetes y diabetes en México.

La diabetes tipo 2 es una enfermedad crónica no transmisible asociada con el desarrollo de enfermedad cardiovascular (ECV), cerebrovascular, enfermedad renal, ceguera y amputaciones de extremidades inferiores. Durante las últimas décadas, la prevalencia de diabetes ha ido en aumento y actualmente se encuentra entre las principales causas de muerte y discapacidad en todo el mundo. El 10.5% de la población mundial (536 millones).

Dada la transición epidemiológica que experimenta la población mexicana y el aumento de varios factores de riesgo (edad, sobrepeso, obesidad, sedentarismo y tabaquismo) es necesario estimar periódicamente las prevalencias poblacionales de prediabetes y diabetes, lo cual ayudará a predecir las tendencias de la enfermedad a futuro y sus complicaciones, así como informar el desarrollo de estrategias poblacionales preventivas. El objetivo de este estudio es estimar la prevalencia de prediabetes y diabetes en la población adulta mexicana, con información de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2022.

La Ensanut 2022 es una encuesta probabilística, polietápica, estratificada y por conglomerados, representativa del nivel nacional, regional y rural/urbano. Su levantamiento se realizó entre agosto y noviembre de 2022, con información completa en 10 160 hogares (tasa de respuesta=73%) y 11,472 entrevistas completas. Esta encuesta tuvo como objetivo investigar múltiples aspectos de la salud y el bienestar, incluyendo la prevalencia de enfermedades crónicas. El protocolo fue aprobado por el comité de ética, investigación y bioseguridad del Instituto Nacional de Salud Pública. Los detalles del



diseño y procedimientos de muestreo pueden consultarse en una publicación previa.

Para este estudio se utilizaron datos obtenidos de una submuestra probabilística de adultos de 20 años o más ($n= 4,472$) de quienes se obtuvo una muestra de sangre de 10 ml (tasa de respuesta = 47%; $n= 2,099$). Se excluyó a 150 individuos con ayuno menor a 8 horas y a cuatro personas con diabetes gestacional. La muestra final fue de 1,945 adultos que expande a 78.3 millones de adultos en México.



CONCLUSIÓN.

La diabetes en Mexico es un tema de mucha complejidad que de igual manera va ligado a muchos factores, es decir es una enfermedad multifactorial que afecta a miles de personas de manera personal.

Lo ideal para erradicar patologías crónicas degenerativas como la diabetes sería basarnos esencialmente en la educación temprana, pues solo de esta manera la población podría entender el gran daño que causa al organismo una dieta en donde prevalecen las harinas refinadas, golosinas o snacks y el gran incremento del consumo de azúcar con refrescos.

El consumo de este tipo de alimentos se debe principalmente a hábitos adquiridos con el ejemplo o mala educación recibida de nuestras generaciones pasadas. Es un tema al que le tenemos que dar relevancia pues solo así podremos observar y estudiar de mejor manera no solo las causas, si no también las consecuencias que puede traer a nosotros y a nuestras generaciones futuras.