

Sobrepeso y Obesidad Infantil en Oaxaca ¿Es Relevante Trabajar el Tema?

Corina Mariela Alba-Alba^a

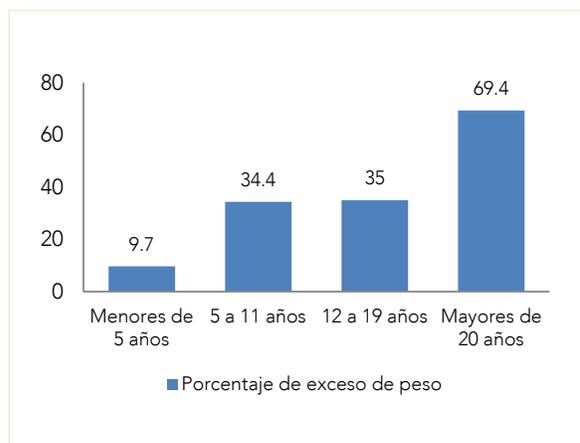
En las siguientes líneas se plasma una revisión breve sobre el estatus del sobrepeso-obesidad infantil en el estado de Oaxaca. Se comenzará revisando las generalidades de esta enfermedad y se brindará información que permitirá situar el escenario del estado de Oaxaca respecto a la situación nacional. Posteriormente se resumirán las conclusiones y se proporcionarán algunas recomendaciones basadas en la evidencia sobre cómo actuar ante este problema.

La obesidad es una acumulación excesiva de grasa corporal cuya incidencia ha aumentado debido a cambios en estilos de vida que han derivado principalmente en dos situaciones: una ingesta calórica excesiva por comidas altas en grasas y pobres en contenido nutricional, y el sedentarismo¹. Ambas situaciones propician la acumulación continua y progresiva de grasa hasta desarrollar sobrepeso y más tarde la obesidad.

La obesidad es considerada un problema de salud pública². En el mundo mueren al menos 2.6 millones de personas cada año a consecuencia de la obesidad debido a que predispone a múltiples enfermedades denominadas no transmisibles como hipertensión arterial, hipercolesterolemia y diabetes mellitus. Estas enfermedades figuran en los primeros lugares de las listas de morbilidad y mortalidad en el mundo³.

En México las cifras son preocupantes. El 69.4 % de los adultos mayores de 20 años tienen exceso de peso (porcentaje sumado de personas con sobrepeso más personas con obesidad); es decir,

más de la mitad de la población a nivel nacional tiene alguna de las dos condiciones, este porcentaje está por encima de la media mundial que es 62%². Respecto a otros grupos de edad, en adolescentes de 12 a 19 años se encontró que un 35% presenta esta condición; en niños entre 5 y 11 años se encontró el 34.4% y en niños menores de 5 años el 9.7%⁴. En la Gráfica 1 se puede observar un incremento en el porcentaje de exceso de peso a medida que aumenta la edad, lo que señala la importancia de generar estrategias de intervención a edades tempranas que eviten el desarrollo de sobrepeso u obesidad en edades posteriores.



Gráfica 1. Exceso de peso (sobrepeso + obesidad) en población mexicana por grupo de edad.
Fuente: Encuesta Nacional de Salud, 2012⁴.

^a Universidad del Mar, Instituto de Genética, Ciudad Universitaria, Carretera Vía Sola de Vega, Puerto Escondido, San Pedro Mixtepec, Juquila, Oaxaca, C.P. 71980

Correspondencia: Corina Mariela Alba-Alba
Universidad del Mar
Correo electrónico: alba@zicatela.umar.mx

Se ha comprobado que cuando una persona desarrolla sobrepeso u obesidad en la infancia existe una alta probabilidad de que continúe padeciendo este problema durante su vida adulta. Esto cobra relevancia si se considera que entre más temprano sea el inicio del sobrepeso u obesidad será mayor el riesgo de comorbilidades y con ello mayor el riesgo de cronicidad y días productivos perdidos por incapacidad. Por lo tanto los costos en salud y las mermas de productividad y económicas para el país serán mayores^{5,6}.

El sobrepeso y obesidad infantil representan un gran reto para todos. Se sabe que los estados del norte de México tienen mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años con 2.3 puntos porcentuales por encima de la media nacional que es 34.4%⁴. Sin embargo, lo anterior no exime de problemas a los estados del sur debido a que tienen en sus manos un problema potencial que si no es atendido a tiempo puede derivar en una situación similar a la de los estados del norte del país.

En Oaxaca las jurisdicciones con mayor índice de sobrepeso u obesidad infantil son la Costa, Tuxtepec y el Istmo de Tehuantepec⁸. Según la Encuesta Nacional de Nutrición del 2012, el porcentaje de niños con exceso de peso que se encontraban entre 5 y 11 años y eran residentes de las zonas urbanas de Oaxaca, fue de 27.5%, 6.9 puntos porcentuales por debajo de la media nacional. En general, se reportó que no existían datos estadísticamente significativos para demostrar que hubo diferencias en las cifras de la encuesta 2006 y la del 2012⁷.

Sin embargo, se debe reflexionar sobre estos datos con detenimiento. Si bien no hubo una diferencia significativa para decir que aumentaron los niños con exceso de peso, tampoco se puede decir que estos datos disminuyeron. Además, resulta importante señalar que el porcentaje de niños con obesidad en este grupo de edad mostró un aumento pasando del 23.3 % en el año 2006 al 24.0% en el año 2012. Por lo tanto, aunque no es una diferencia significativa, existe una tendencia de aumento en el sobrepeso y obesidad de los niños de 5 a 11 años que residen en las zonas urbanas de Oaxaca.

Respecto al grupo de edad de niños menores de 5 años se observó que el 5% tenía sobrepeso u obesidad⁷, no se muestran datos de compara-

ción respecto a los porcentajes nacionales para este grupo de edad. 4.7 puntos porcentuales por debajo de la media nacional. Cabe mencionar que el comportamiento de los datos de Oaxaca coincide con el comportamiento de los datos nacionales observando un aumento considerable en el porcentaje de exceso de peso en el grupo de 5 a 11 años respecto a los menores de 5 años y este incremento se mantiene en ascenso conforme se avanza por grupo de edad.

Tomando en cuenta lo anterior se puede concluir que en Oaxaca, como a nivel nacional, es prioritario iniciar la prevención del sobrepeso y la obesidad antes de los cinco años de edad a fin de evitar que las cifras aumenten en los grupos de edad posteriores y se puede destacar que las zonas urbanas, en especial las zonas urbanas de la Costa, Tuxtepec y el Istmo de Tehuantepec deben tener prioridad en los programas preventivos de sobrepeso-obesidad infantil.

Parece natural que los programas gubernamentales se enfoquen más a combatir la desnutrición en Oaxaca, debido a que esta entidad federativa es considerada una de las más pobres, sin embargo, la OMS afirma que la obesidad, que antes era considerada como mal de ricos, hoy en día afecta tanto a zonas desarrolladas como a zonas consideradas en desarrollo originando una dualidad en las patologías encontradas en estos sitios². Es especialmente importante señalar que si Oaxaca es un estado con pocas posibilidades económicas, difícilmente podrá hacer frente a las repercusiones originadas por el sobrepeso y la obesidad que se mencionaron antes. Tomando en cuenta este punto se considera mayor costo-beneficio apostar por la prevención a tener que enfrentar los gastos generados por las comorbilidades.

En materia de obesidad infantil, se debe considerar a los padres como actores principales para la prevención debido a la dependencia natural del niño⁹ y al modelaje parental¹⁰ mediante el cual, según el psicólogo Bandura, los niños tienden a imitar el comportamiento de los padres de tal forma que en este caso los niños adoptan los hábitos de alimentación de su familia para bien o para mal.

De acuerdo a las mejores evidencias disponibles, se recomienda que para controlar la dieta los padres vigilen las porciones que se le sirven al niño de acuerdo a su edad, la calidad de los alimentos y nutrimentos ofrecidos y al horario en el que se consu-

men dichos alimentos. Simultáneamente, en materia de actividad física, los padres deben incentivar a sus hijos a hacer ejercicio y deben evitar el sedentarismo controlando las horas que el niño pasa frente al televisor, a la computadora o a los videojuegos¹¹.

Referencias

- [1] Guevara Ch G. Obesidad infantil: Algunos aspectos epidemiológicos, económico-sociales y culturales. *Paed.* 2006; 8(2): 77-85.
- [2] Organización Mundial de Salud. Obesidad y Sobrepeso. Nota descriptiva Número 311.2015. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
- [3] Organización Mundial de Salud. Why does childhood overweight and obesity matter? Programs and Projects. Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. 2011. Disponible en: http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_consequences/en/index.html
- [4] Gutiérrez JP, Rivera-Dommarco J, Shamah-Levy T, Villalpando-Hernández S, Franco A, Cuevas-Nasu L, Romero-Martínez M, Hernández-Ávila M. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública (MX); 2012.
- [5] Campillo A J. Aspectos darwinianos de la obesidad infantil. *RevEspEndPed:* 7-12. 2011. Disponible en: <http://www.endocrinologiapediatrica.org/modules.php?name=articulos&idarticulo=43&idlangart=ES>
- [6] Presidencia de la República de México. Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018. Poder Ejecutivo Federal. 2014. Disponible en: <http://www.omm.org.mx/index.php/plan-nacional-de-desarrollo-y-plan-sectorial-de-salud-2013-2018.html>
- [7] Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados por entidad federativa, Oaxaca. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública; 2013. Disponible en: encuestas.insp.mx
- [8] Secretaría de Salud de Oaxaca. SSO y Guerreros de Oaxaca, contra la obesidad. 2012. Reportaje en línea. Disponible en: <http://www.oaxaca.gob.mx/?p=20788>
- [9] Nowicka P. y Flodmark C. Family in pediatric obesity management: A literaturereview. *IntJOUR of PedOb* 2008; 3: 44-50. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18278632>
- [10] Bandura A. Vicarious and self reinforcement process. R. Glaser (Eds). *The nature of reinforcement.* New York: Academic Press; 1971: 228-278. Disponible en: <http://des.emory.edu/mfp/Bandura1971.pdf>
- [11] National Clinical Guideline Centre. Obesity: identification, assessment and management of overweight and obesity in children, young people and adults. London (UK): National Institute for Health and Care Excellence (NICE); 2014, Nov., 64 p. (Clinical guideline; no. 189). Disponible en: <http://www.guideline.gov/content.aspx?id=48872&search=obesity>

Recibido: 31 de marzo de 2015

Corregido: 6 de abril de 2015

Aceptado: 7 de abril de 2015

Conflicto de interés: No existe conflicto de interés