



RESUMEN

- Debido a su magnitud, trascendencia y repercusión, la obesidad y la diabetes son considerados dos de los problemas más graves de salud pública en México.
- La obesidad es la enfermedad crónica de mayor crecimiento en el mundo y es la causa de cerca de 2.8 millones de muertes prevenibles por año.
- En 2014, 39% de las personas mayores de 18 años en el mundo tenían sobrepeso y 13% eran obesas.
- En México actualmente la diabetes es la principal causa de mortalidad en edad productiva.
- El Instituto Mexicano para la Competitividad estimó que en México el costo de la obesidad y la diabetes se ubica entre los 82 y 98 mil millones de pesos anuales, lo que equivale a entre 73 y 87% del gasto programable en salud en el 2012.

Obesidad y diabetes en México

México debe dar prioridad a la prevención y al combate de la obesidad y la diabetes, pues cuentan con las tasas más altas y rápidas de crecimiento entre los países de la OCDE.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, el sobrepeso y la obesidad se caracterizan por una acumulación anormal o excesiva de grasa corporal, que se produce por un desequilibrio energético entre calorías consumidas y las gastadas. El sobrepeso y la obesidad se asocian con un mayor riesgo de desarrollar varias enfermedades, principalmente diabetes.

La diabetes es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no es capaz de utilizar eficazmente la que produce.

Una mala alimentación y poca actividad física son los factores que se relacionan más directamente con el desarrollo, tanto de la obesidad como la diabetes.

Los alimentos procesados y la comida rápida o *fast food*, contienen más azúcar, grasas saturadas y sodio, así como menos fibra, minerales y vitaminas. Pero son más accesibles en precio y disponibilidad, que los alimentos saludables y las comidas recién preparadas.

Es necesario planear e implementar líneas de acción costo-efectivas, dirigidas a la prevención y control de la obesidad y diabetes.

Con la Estrategia Nacional para la Prevención y Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, se pretende construir una política pública que genere hábitos de consumo más saludables, así como incrementar los niveles de actividad física de la población.

Bibliografía sugerida

1. Barraza-Lloréns M., Guajardo-Barrón V., Picó J., García R., Hernández C., Mora F., Athié J., Crable E., Urtiz A.. (2015), Carga económica de la diabetes mellitus en México, 2013. México, D.F.: Funsalud.
2. Dávila-Torres J., González-Izquierdo J.J., Barrera-Cruz A. (2015), "Panorama de la obesidad en México", Rev Med Inst Mex Seguro Soc. 2015; 53(2):240-9
3. Instituto Mexicano para la Competitividad, Kilos de más, pesos de menos. Los costos de la obesidad en México, IMCO, México, 2015.
4. Liu, P., Wisdom J., Roberto C., Liu L. y Ubel P., "Using Behavioral Economics to Design More Effective Food Policies to Address Obesity", Applied Economic Perspectives and Policy 2014, 36 (1), 6–24.
5. McKinsey Global Institute (2014), "Overcoming obesity: An initial economic analysis", discussion paper, McKinsey & Company.
6. Organización Panamericana de la Salud, Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas. Washington, DC, 2016.
7. OECD. (2016), OECD Reviews of Health Systems: Mexico 2016, OECD Publishing, Paris. DOI: <http://dx.doi.org/10.1787/9789264230491-en>
8. Rivera, J. (coordinador), Obesidad en México: recomendaciones para una política de Estado, UNAM, México, 2015.
9. Roglic G., Unwin N., Bennett P. H., Mathers C., Tuomilehto J., Nag S. et al. "The burden of mortality attributable to diabetes: realistic estimates for the year 2000", Diabetes Care 2005, 28(9), 2130–2135.
10. World Health Organization. (2014), Global Health Estimates: Deaths by Cause, Age, Sex and Country, 2000-2012, Ginebra, Suiza, WHO, 2014.



Obesidad y diabetes en México

INCyTU proporciona información al Congreso de la Unión sobre temas relacionados con ciencia y tecnología, que son relevantes para legislar y hacer políticas públicas en México. Autor: Dr. Víctor Hugo Guadarrama. Reconocemos a quienes participaron en la elaboración y revisión de esta nota, sus nombres pueden encontrarse en: <http://foroconsultivo.org.mx/INCyTU/>. Para mayor información sobre este tema escribir a: incytu@foroconsultivo.org.mx
Diseño: Karina Maldonado | Imagen: Anayansin Inzunza.

INCyTU-Expres | NÚM. 002 | OCTUBRE 2016

Melchor Ocampo 305, Colonia Santa Catarina, Del. Coyoacán, Ciudad de México, CP. 04010
Tel. +52(55) 5611 8536 / www.foroconsultivo.org.mx