

Aumenta sobrepeso y obesidad en **mujeres mexicanas**

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2014 el mundo tenía más de 1 900 millones de adultos mayores de 18 años con sobrepeso, de los cuales alrededor de 600 millones padecían obesidad. En México, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016 (Ensanut MC), reveló que 36.3 por ciento de los adolescentes y 72.5 por ciento de los adultos tienen sobrepeso y obesidad y que la prevalencia de estos padecimientos ha aumentado considerablemente entre 2012 y 2016, sobre todo en las mujeres de comunidades rurales.

La doctora Teresa Shamah Levy, directora de Vigilancia de Nutrición del Instituto Nacional de Salud Pública y responsable de las encuestas nacionales de Salud y Nutrición desde 1999, explicó la importancia de este aumento en las cifras de sobrepeso y obesidad y las estrategias que deberían emplearse para disminuir estos índices.

Los datos de la Ensanut 2012 y de Ensanut MC 2016 muestran que ha habido un aumento en la obesidad en mujeres adultas, ya que en 2012 la prevalencia era de 70.5 y pasó casi a 73 por ciento en 2016. En mujeres adolescentes de 12 a 19 años, la prevalencia sumada en sobrepeso y obesidad estaba en 35.8 y pasó a 39.2 por ciento, es decir, aumentó casi un punto porcentual por año, lo que significa un aumento considerable de acuerdo con la directiva. Dicho aumen-

to se da tanto en sobrepeso como en obesidad, por lo que se considera un problema acumulativo que alcanza estadísticas que indican que siete de cada 10 mujeres sufren estos padecimientos.

El grave problema que se observó en la encuesta de 2016 fue un aumento impresionante en la prevalencia de sobrepeso y obesidad en mujeres en todos los grupos de edad, especialmente en el medio rural; representa un dato de gran importancia porque en las mujeres adultas de la población rural de 20 a 49 años, la prevalencia aumentó de 69 a casi 75 por ciento, lo que sobrepasa la cifra nacional. Además, hay un aumento impactante de casi 10 puntos porcentuales en las mujeres adolescentes, quienes pasaron de 27.7 a 37.2 por ciento, y en mujeres en edad escolar incrementó de 24 a 26 por ciento.

Comparada con la de las mujeres, la población de hombres adultos ha mostrado una estabilización en el sobrepeso y obesidad; aunque la prevalencia sigue siendo alta, es la misma de 2012 a 2016 con 69.4 por ciento. En los hombres adolescentes, es decir, de 12 a 19 años, hay una prevalencia estancada de 34 por ciento durante los cuatro años y una ligera disminución para los escolares de casi 37 a 34 por ciento.



La doctora Shamah Levy consideró que gran parte de este problema se debe al fácil acceso que hay a los alimentos de alta densidad energética y a la disminución progresiva de la actividad física característica de las comunidades rurales.

De acuerdo con la especialista, en las mujeres de zonas urbanas también hay un aumento muy importante. Sin embargo, la prevalencia en el sobrepeso y obesidad de las adolescentes ha crecido de forma impactante en comunidades rurales y urbanas. Mencionó que se han hecho esfuerzos a través de campañas de prevención, como la de Chécate, Mídete, Muévete del Instituto Mexicano del Seguro Social. **U2**

Fuente:

Conacyt Prensa, <http://www.conacytprensa.mx/index.php/ciencia/salud/17719-aumenta-sobrepeso-obesidad-mujeres-mexicana>