

# Obesidad y cambio climático

*Sindemias por atender*

## ¿Qué es una sindemia?



La sindemia es un nuevo concepto utilizado para designar una sinergia de epidemias que se coexisten simultáneamente, interaccionan entre sí y comparten determinantes sociales en un determinado tiempo y lugar (1,2), donde las enfermedades interactúan a nivel individual y grupal potenciando sus efectos perjudiciales sobre la salud (2). Es un concepto desarrollado por antropólogos médicos, proporciona un marco teórico para prevenir y tratar las comorbilidades. El término sindémico se refiere a problemas de salud sinérgicos que afectan la salud de una población en sus contextos sociales y económicos (2).

La coexistencia de cargas sanitarias en las poblaciones en transición, en particular en sus aspectos socioeconómicos y contextos culturales específicos, reclama que se elaboren marcos conceptuales para mejorar la comprensión de los factores de riesgo, a fin de implementar programas de prevención e intervención para abordar las comorbilidades.

## Obesidad en cifras...

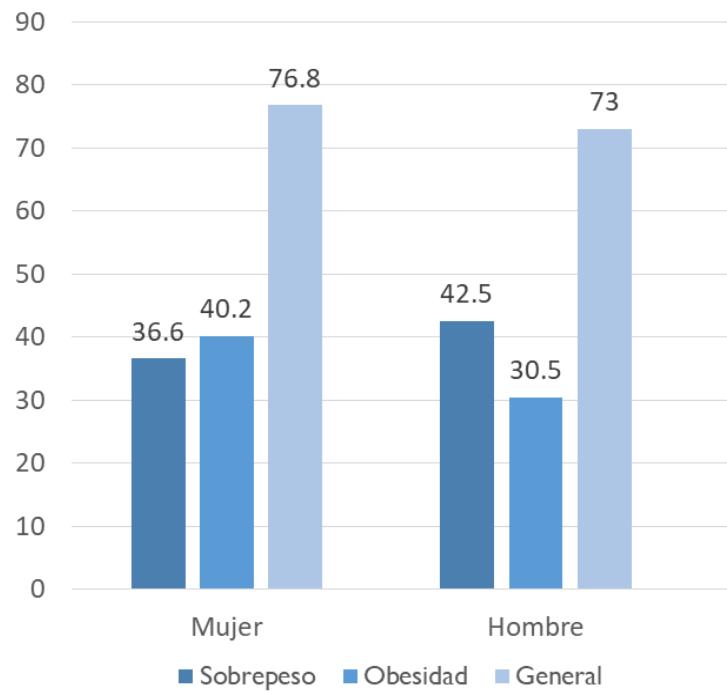


La obesidad se define como enfermedad caracterizada por el exceso o la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud (3,4); Se relaciona con la susceptibilidad genética, trastornos psicológicos, sociales y metabólicos que incrementan el riesgo para desarrollar comorbilidades tales como enfermedades metabólicas y cardiovasculares (4).

En México, **36.1%** de la población mexicana (adultos de 20 años y más) presenta obesidad (5); **40.2%** de las mujeres y **30.5%** de los hombres presentan obesidad (ENSANUT 2018) (5); **75.6%** de la población mexicana tiene obesidad abdominal, donde **85.6%** se presenta en mujeres y **65.3%** en hombres (6). En cuanto a la población infantil, **17.5%** de los niños de 5 a 11 años presentan obesidad, siendo una población vulnerable a padecer enfermedades no transmisibles a temprana edad.

En México, la tendencia de la obesidad y sobrepeso ha sido ascendente, de 2012 a 2018 ha incrementado 3.9%, siendo **71.3%** en 2012 a **75.2%** en 2018 (39.1% sobrepeso y 36.1% obesidad) (5). En cuanto a la prevalencia combinada de obesidad y sobrepeso por sexo en 2018, **76.8%** de las mujeres presentaron obesidad y sobrepeso **73.0%** hombres.

**Figura 1.** Porcentaje de obesidad y sobrepeso en población de 20 años y más, 2018 (ENSANUT 2018).

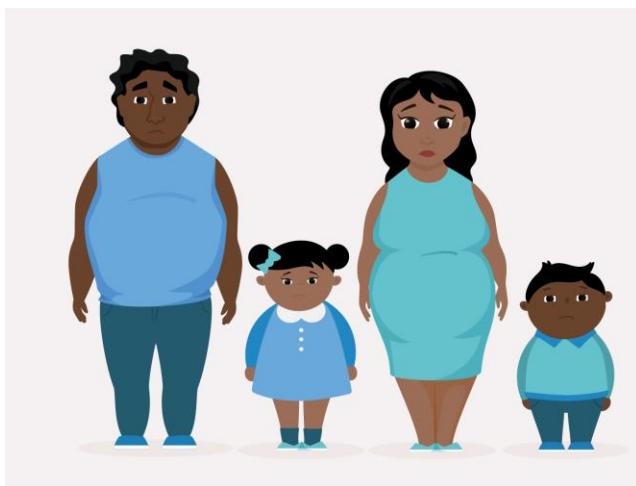


**Fuente:** ENSANUT 2018

**General:** Prevalencia combinada obesidad y sobrepeso.

## ¿Cómo afrontar la sindemia obesidad-cambio climático?

Para enfrentar esta sindemia es esencial entender y abordar los determinantes subyacentes, con el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de la población mundial, así como reducir las inequidades sociales. Además sus interacciones enfatizan el beneficio potencial de realizar acciones de doble o triple función que actúan simultáneamente en dos o tres pandemias. Para el abordaje de estas pandemias, se debe cambiar la percepción de la obesidad como una consecuencia de consumir muchas calorías y entender las determinantes en común reconociendo la obesidad como una causa de la baja calidad de la dieta y la poca variedad de alimentos saludables (2).



En la actualidad existe una vulnerabilidad ante la sindemia, porque se desarrolla en un entorno no saludable y con la estigmatización que acompaña a la obesidad; dado que quienes padecen obesidad son juzgadas como descuidadas e indisciplinadas; sin embargo se responsabiliza a los individuos y no se enfocan en los entornos donde se desarrollan (2).

El entorno alimentario es un factor influyente en las decisiones alimentarias, a través de la disponibilidad, asequibilidad y acceso a diferentes grupos de alimentos y bebidas. En la actualidad predomina un sistema alimentario de productos ultra procesados (PUP), caracterizados por tener exceso de ingredientes no saludables como sodio, grasas saturadas y azúcares añadidos. También este sistema alimentario se ve influido por la publicidad de los PUP en diversos medios de comunicación, lo que aumenta el consumo de dichos productos y se traduce en un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades no transmisibles (ENT) especialmente en la población infantil (2).

Es importante señalar que la producción de alimentos es uno de los mayores contribuyentes al cambio climático (2), la agricultura contribuye directamente entre 15-23% de todas las emisiones de gases de efecto invernadero (2). Los altos niveles de dióxido de carbono reducen el contenido de proteínas y micronutrientes (vitaminas y minerales) en los cultivos, lo que aumenta la prevalencia de malnutrición e incrementa la deficiencia de los micronutrientes.

Otro elemento que se ve afectado por el entorno, es el nivel de actividad física, debido a poca disponibilidad de espacios públicos para realizar actividades diarias, como la infraestructura peatonal, parques, sistemas de transporte, parques entre otros (2).

De acuerdo al comité de Derechos Económicos, sociales y culturales de la Naciones Unidas, se reconoce que la alimentación adecuada es un derecho de crucial importancia para el disfrute del resto de los derechos humanos; siendo el derecho a la alimentación adecuada; la disponibilidad de alimentos en calidad y cantidad suficiente para satisfacer las necesidades alimentarias de los individuos, sin sustancias nocivas y aceptables para una cultura determinada, de manera que dicha accesibilidad sea sostenible y no dificulte el goce de otros derechos humanos(2). Por ello para abordar la sindemia global, se busca unir la pandemia de la obesidad y cambio climático, a través de la generación de políticas públicas que incorporen acciones integrales, apoyadas en un marco legal que propicie entornos saludables favoreciendo los estilos de vida saludable.

En el **SAISUV**, se busca fomentar estilos de vida saludable en los trabajadores de la Universidad Veracruzana a través de educación para la salud, donde se abordan temáticas como la dieta correcta, acondicionamiento físico y sus beneficios así como técnicas para la relajación y mejora del sueño.

---

## Referencias bibliográficas

1. Swinburn BA, Kraak VI, Allender S, Atkins VJ, Baker PI, Bogard JR, et al. The Global Syndemic of Obesity, Undernutrition, and Climate Change: The Lancet Commission report. *Lancet* 2019; 393 (10173): 791-846.
2. Instituto Nacional de Salud Pública. Cuidar la salud: una responsabilidad compartida. *Gaceta Instituto Nacional de Salud Pública*. 2021;14:1-52.
3. Organización Mundial de la Salud OMS. 2018. Temas de salud: Obesidad y sobrepeso. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
4. NOM-008-SSA3-2017, tratamiento integral del sobrepeso y obesidad.2018. México
5. Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018.
6. Shamah-Levy T, et al. Sobre peso y obesidad en población mexicana en condición de vulnerabilidad. Resultados de la Ensanut 100k. *Salud Pública Mex* 2019;61:852. doi:10.21149/10585. [www.riojasalud.es/ciudadanos/catalogo-multimedia/nefrologia/dislipidemias.2011](http://www.riojasalud.es/ciudadanos/catalogo-multimedia/nefrologia/dislipidemias.2011).

## **Más información**

*saludpublicasais@uv.mx*

[www.uv.mx/saisuv/](http://www.uv.mx/saisuv/)



Sistema de Atención Integral a la Salud  
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana  
Secretaría de Administración y Finanzas



Acciónate