

DIRECTORIO UNAM

Dr. Enrique Graue Wiechers
Rector

Dr. Leonardo Lomelí Vanegas
Secretario General

Ing. Leopoldo Silva Gutiérrez
Secretario Administrativo

Dr. Alberto Ken Oyama Nakagawa
Secretario de Desarrollo Institucional

Dr. César Iván Astudillo Reyes
Secretario de Servicios a la Comunidad

Dra. Mónica González Contró
Abogada General

Lic. Néstor Martínez Cristo
Director General de Comunicación Social

DIRECTORIO FEZ-ZARAGOZA

Dr. Vicente Jesús Hernández Abad
Director

Dra. Mirna García Méndez
Secretaria General

Dr. José Luis Alfredo Mora Guevara
Secretario de Desarrollo Académico

CD. Yolanda Lucina Gómez Gutiérrez
Secretaria de Asuntos Estudiantiles

Dra. María Susana González Velázquez
División de Planeación y Desarrollo Académico

Mtra. Gabriela C. Valencia Chávez
Jefa de la Carrera de Psicología

Mtra. Guillermina Netzahuatl Salto
Coordinadora de Psicología Clínica y de la Salud

DIRECTORIO Psic-Obesidad

Dra. Raquel del Socorro Guillén Riebeling
Editora

Dra. Lucy María Reidl Martínez
Dra. Mirna García Méndez
Lic. Félix Ramos Salamanca
Dr. Marco Eduardo Murueta Reyes
M.C. Dolores Patricia Delgado Jacobo
Mtro. Pedro Vargas Avalos
Consejo Editorial

Lic. Maricruz Morales Salinas
Lic. Carlos Raziél Leañós
Lic. Claudia Ahumada Ballesteros
Equipo de colaboradores

COLABORADORES EN ESTE NÚMERO:

Dra. Dolores Patricia Delgado Jacobo
M.P.S.S. Cinthia Marlene Lara Rodríguez
Dra. Raquel del Socorro Guillén Riebeling
Lic. Brenda Carolina Téllez Silva
MCPSS Emmanuel Alejandro García López

Colaboraciones e informes: Teléfono: 56 23 06 12

Correos electrónicos:

boletinpsicobesidad@yahoo.com.mx
raquelguillen2010@gmail.com

Editorial

julio-septiembre 2019

El tema de la obesidad a mediados de este 2019 sigue avanzando en los cuestionamientos de la efectividad de las campañas, de la mínima efectividad del etiquetado en los alimentos y bebidas procesados (o industrializados), como ya PSICOBESIDAD lo había cuestionado en el 2016. En este 2019, hay una constante: el daño a la salud vinculado con los mensajes comerciales de alimentos y bebidas sin aporte nutrimental se mantiene velado, mientras que los “culpables” de las enfermedades crónico - degenerativas como la obesidad y el sobrepeso se deben a los malos hábitos alimenticios, a la falta de equilibrio de los consumos (ingresos de energía) con la actividad física (gasto energético). Cifras:

En México tienen Obesidad y/o Sobrepeso.

- Menores de 16 años de edad: 3 de cada 10.
- De entre 16 y 17 años de edad: 4 de cada 10.
- Mayores de 18 años de edad: 7 de cada 10.

A mayor pobreza, mayor tasa de sobrepeso y obesidad infantil (UNICEF, 2019).

Se estima que en el año 2025, 70 millones de niños menores de cinco años tendrán sobrepeso u obesidad (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2018).

En 2018, Ralston et al, destacan lo adverso del enfoque individual que la obesidad se debe a los comportamientos del individuo:

“El argumento prevaleciente sobre las causas y la naturaleza de la obesidad sugiere que es una cuestión de responsabilidad individual y principalmente un problema en los países ricos. Sin embargo, la realidad es que la mayoría de la población mundial vive en lugares donde el sobrepeso y la obesidad matan a más personas que el bajo peso. La obesidad afecta a personas de todas las edades, todas las geografías y todos los entornos socioeconómicos. El enfoque engañoso sobre la obesidad ha inhibido la acción coordinada, en parte porque el lenguaje y las imágenes que describen el problema pueden distorsionarlo” (página 1384).

Los factores adversos que más se fortalecen son los ambientales, que derivan a ser obesogénicos por fomentar la inactividad física y las ingestas con bajos nutrientes saludables. Frente a estos factores, en el mismo nivel se proponen espacios culturales favorecedores de pautas saludables: caminar, ejercitarse, practicar algún deporte o desplazarse en bicicleta; acceso a alimentos nutritivos y de bajo costo.

Así como se está discutiendo la regulación de la información nutrimental en los alimentos, se aborda la implementación de las políticas públicas en materia de la obesidad y el sobrepeso en su atención y prevención. En esto último la FAO señala (de nuevo) la necesidad de aplicar normas y políticas públicas que faciliten y refuercen la adopción de conductas saludables. Esto implica que los alimentos nutritivos estén disponibles y sean accesibles en los mercados, las escuelas, las comunidades y los lugares de trabajo (FAO, 2019).

REFERENCIAS

- Salud en México: 3 de cada 10 niños en México tienen sobrepeso y obesidad.* Disponible en <https://www.economista.com.mx/politica/3-de-cada-10-ninos-en-Mexico-tienen-sobrepeso-y-obesidad-20181214-0047.html> 14 de diciembre de 2018, 09:04
- WHO (2018). Hoja informativa: obesidad y sobrepeso. Disponible en <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acceso: 7 de octubre de 2018.
- Ralston, J., Brinsden, H., Buse, K., Candeias, V., Caterson, I. et al (2018). Time for a new obesity narrative. *The Lancet*, 392 (10156), 1384-1386. Disponible en: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(18\)32537-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(18)32537-6/fulltext)
- FAO. Disponible en <http://www.fao.org/red-icean/temas/ambiente-alimentario/es/>. 13 de marzo de 2019.