



## Editorial

año 11 número 43

<https://doi.org/10.22201/fesz.20075502e.2021.11.43.83645>

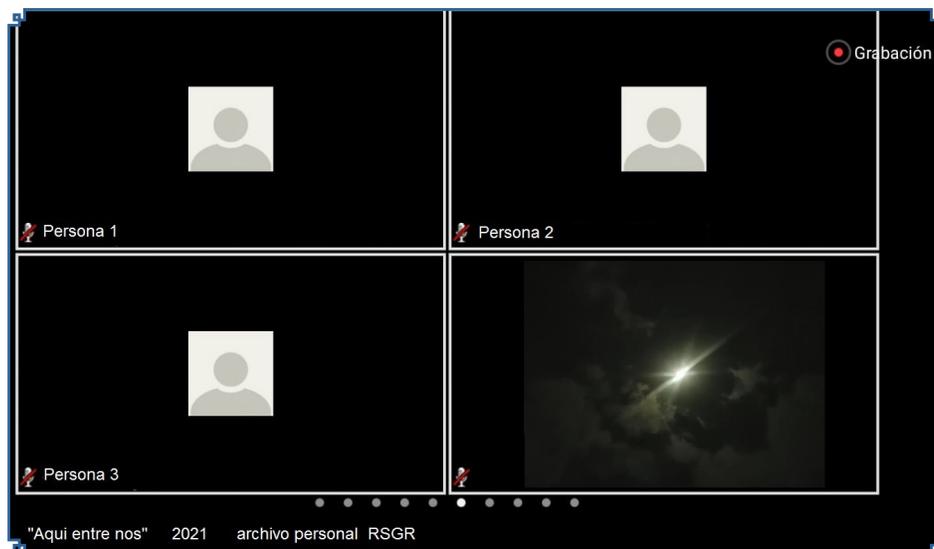
La pandemia del SARS-CoV-2 ha marcado a mediados del año 2021 cifras sin precedentes en salud por contagios y fallecimientos a nivel mundial, incluyendo México. Las repercusiones en ámbitos sociales no se han hecho esperar: escases de recursos económicos, desempleo, deterioro social y educación. En lo psicológico, la pandemia como “situación de emergencia” ha tenido efectos en la salud mental de los individuos que los ha forzado a implementar estrategias de enfrentamiento a la “nueva normalidad” con antiguos hábitos de vida y conservando los mismos factores de riesgo a su salud. Ya lo señalaba Campos y Romo en 2014:

*La clave del control de la mayoría de las enfermedades crónicas no transmisibles vinculadas a comportamientos de riesgo se ubica precisamente en las conductas que son habituales; tal es el caso del sedentarismo... el consumo de sustancias nocivas para la salud... y la inadecuada alimentación (página 1)... El desarrollo de hábitos saludables por su parte, requiere la repetición de la conducta a lo largo del tiempo y mucha voluntad del sujeto para mantenerse en la emisión de las mismas antes de que éstas se automaticen... (Página 3).*

Mientras que la recomendación de la realización de la actividad física en espacios naturales beneficia el equilibrio psicosocial mejora la calidad de vida de las personas, el confinamiento y los cambios en los hábitos de las personas representan un riesgo adicional a la salud de las personas que presentan obesidad.

Por otro lado, las estrategias de enfrentamiento favorables a la adaptación y a la superación de dificultades de manera armoniosa se han incrementado con la ayuda de los medios digitales o virtuales, la continuidad de actividades laborales y escolares -como en nuestra universidad que no ha suspendido actividades, llevando a cabo sus funciones sustantivas- como el desarrollo espacios universitarios de salud para la atención psicológica a la población solicitante.

En relación con la obesidad, “en estos tiempos de pandemia” representa un factor de riesgo mortal por Covid-19, la mayor probabilidad de hospitalización bajo cuidados intensivos y la ventilación mecánica -aunque con la llegada de las vacunas estas condiciones podrían cambiar-.



En relación con los factores psicológicos y socioculturales, PSICOBESIDAD aborda en sus diversos artículos las conductas relacionadas al consumo de alimentos, los espacios donde las personas se alimentan, sus hábitos alimentarios, los estados emocionales (negativos o positivos) así como los factores que dan indicios a consecuencias en salud a largo plazo, como lo señala Wood y colaboradores en 2005. Seguir adelante con estrategias de prevención y fomento a la salud integrar a través de la difusión del conocimiento y acciones que dan lugar a mejores prácticas clínicas y sociales, son fortalezas de nuestra Facultad y de la UNAM, en bien de la población universitaria y de sus familias.

## Referencias

- Campos Uscanga, Y. y Romo-González de la Parra, T. (2014). La complejidad del cambio de hábitos alimentarios. *Revista Psicología Científica*, 16, 1-9. <https://www.psicologiacientifica.com/complejidad-cambio-habitos-alimentarios/>
- Wood, W., Tam, L., & Witt, M. G. (2005). Changing circumstances, disrupting habits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(6), 918–933. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.6.918>



En resguardo 2021 archivo personal RSGR