



Editorial

año 15 número 58

<https://doi.org/10.22201/fesz.20075502e.2025.15.58.94868>

Paso a pasito, la obesidad continua

Abordar la obesidad y el sobrepeso es un esfuerzo perenne por los profesionales de las disciplinas involucradas desde la promoción y prevención, hasta la rehabilitación integral de los individuos y sus relaciones socio-culturales. Familia, amigos, trabajo, convivencias, entre otros tienen un papel muy importante en la condición de salud que les caracteriza. Conocer su origen y mantenimiento, permite elaborar una descripción diagnóstica integral y proponer alternativas de recuperación de salud accesibles para cada persona y con ello desarrollar los cambios de calidad y estilo de vida llamados “saludables”. En este último punto, las propuestas de atención en salud pública en México, hacen referencia a identificar y evaluar la salud de la población a través de indicadores de salud y nutrición en la “Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2025” a través de la Cobertura de vacunación, Prevalencia de enfermedades crónicas; el Estado de salud y nutrición, por el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), que pretende obtener información sobre hábitos alimentarios, actividad física, niveles de bienestar y la detección de anemia, a través de la identificación y evaluación de su incidencia en diversos grupos poblacionales o distintos sectores de la población. Con los resultados obtenidos, describirán de manera general el estado de nutrición y salud de la población mexicana y estimarán el estado de salud y nutrición de la población de las 32 entidades federativas al finalizar el año 2025. Y de manera particular, aplicarán una batería de cuestionarios a una muestra de sujetos derechohabientes del ISSSTE. Se espera a finales de este año 2025 una perspectiva comparativa sobre la evolución de la salud en México: *Gracias a su representatividad en áreas urbanas y rurales, así como por región y entidad federativa, esta información contribuye a la toma de decisiones en políticas públicas para mejorar la calidad de vida de la población* (ENSANUT Continua, 2025).

Los factores de riesgo asociado continúan ejerciendo presión a la salud integral de los individuos, su calidad y esperanza de vida de la población mexicana: en el 75 por ciento de la población adulta; el 40 por ciento de jóvenes y en el 33 por ciento de niñas y niños:

Riesgo de muerte aumentado por obesidad. Las enfermedades crónicas, especialmente las del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer, también conocidas como ENT [Enfermedades no transmisibles], se presentan debido a un estilo de vida poco saludable, mala alimentación e inactividad física. Estas enfermedades ocasionan discapacidad, dependencia, pérdida o disminución de la funcionalidad e incluso pueden provocar la muerte (SSGOB Puebla, 2025, página 7). Como propuesta de prevención de la obesidad muestran sugerencias del plato del Buen Comer y llevar a cabo actividad física por 150 minutos a la semana, entre otras, con lo cual se pudieran realizar cambios saludables y permanentes.

Por otra parte se lanza la campaña 3 X MI SALUD la cual tiene por objetivo reducir los riesgos asociados con la obesidad a través de impulsar cambios en los hábitos alimenticios y promover un estilo de vida más saludable en la población considerando tres acciones: Reducir el consumo de bebidas azucaradas, disminuir la ingesta de comida chatarra y aumentar la actividad física de la población. Incorporan un cuaderno educativo o comic con temática y personajes en entornos de alimentación que se puede consultar como “Misión Salud” (2025). La vinculación de “hoy y mañana, es siempre”, referida a la campaña por directivos de salud de México requiere ampliar su perspectiva para ser comprendido por la población y por los profesionales de la salud.



Representación gráfica de la campaña 3 por mi salud. Elaboración propia.

La revisión de la segunda edición de la Guía española del manejo integral y multidisciplinar de la obesidad en personas adultas (GIRO)(Lecube et al, 2025) resalta el abordaje holístico de la enfermedad y su naturaleza multifacética *exigen que todos, absolutamente todos los profesionales colaboren en su manejo* (página 5) y resalta *la importancia de informar y acordar con los pacientes las opciones de tratamiento, incluidas las intervenciones conductuales (medicina nutricional, actividad física y apoyo psicológico), farmacológicas, endoscópicas y quirúrgicas* (página 11). Mientras que el aspecto psicológico considera la autoestima, la sensación de bienestar y percepción de la imagen corporal como factores asociados.

Las campañas de promoción y prevención del sobrepeso y la obesidad son muy importantes. La perspectiva integral ayuda a los profesionales de la salud como a los pacientes para diseñar estrategias de evaluación e intervención así como para el logro a largo plazo de los beneficios obtenidos del tratamiento. *Me cuido yo, nos cuidamos todos.*

Referencias

Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) (2025). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2025*. <https://>

ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2025/index.php

Lecube A., Azcona C., Azriel S., Baile JI., Barreiro E., Blay G., Cañadas O., Bourgon L., Carretero J., Carrillo L., Ciudin A., Codesal M., Cuatrecasas G., Coronado PJ., Estévez J., Ferraz I., Fernández-Figares M^ªP., Fernández JM., Flores L., García I., Gimeno AM., González M^ªE., Granda J., Gualdrón M^ªA., de Hollanda A., Martínez E., Martínez AD., Miñambres I., Moizé V., Morales C., O'Connor C., Orive A., Ramírez V., Romero M., Ruiz J., Salvador J., Serrano C., Soler MJ., Supervía M., Torremadé J., Turró R., Valentí V., Vicente G., Vilarrasa N., Malagón M^ªM. (2025) *Guía Española GIRO: guía española del manejo integral y multidisciplinar de la obesidad en personas adultas*, 2025 <https://www.seedo.es/index.php/guia-giro>.

Secretaría de Salud (2025). *Historieta Misión Salud*. <https://mision.salud.gob.mx/Archivos/historieta1/libro/index.html#p=1>

Secretaría de Salud del Estado de Nuevo León [México] (2025). *3 x MI SALUD*. <https://saludnl.gob.mx/regulacion-sanitaria/index.php/3-x-mi-salud/>

Secretaría Salud, Gobierno de Puebla (2025). *R OBESIDAD 2025 Monitor*. <https://ss.puebla.gob.mx/images/areas/informate/OBESIDAD%202025.pdf>

