

editorial

En la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición-ENSANUT 2018, la desnutrición crónica para menores de cinco años, en el área urbana pasó de 23,9% a 23,0% entre 2014 y 2018, esta variación no es estadísticamente significativa, en el área rural el indicador pasó de 31,9% a 28,7% en el mismo periodo, esta variación sí es significativa. Dentro de los datos importantes destacan también la Lactancia materna exclusiva antes de los 6 meses de vida a nivel Nacional 62,1 %, población urbana 58,4 %, población rural % 70,1. El sedentarismo ó el tiempo de exposición prolongado a televisión, internet o videojuegos está asociado con riesgos en la salud, como incrementos en la ingesta calórica y más dificultades para conciliar el sueño e iniciar el día (McGinnis, 2006).

Actualmente no sólo es la televisión la causa del sedentarismo, sino los juegos electrónicos y clases en línea. Ecuador tiene una población total de 17.77 millones de habitantes, el número de dispositivos móviles conectados en el país es de 13.82 millones, lo que constituye un 77,8% de la población, hay 10.17 millones de usuarios de internet y 14 millones de perfiles de redes sociales, número que representa el 78,8% de la población. El 60% de los chicos no mira los contenidos televisivos en la TV, si no en la computadora o en el celular, la permanencia de 5 horas frente a pantallas tecnológicas incrementa el riesgo de obesidad, aumenta el consumo de comida chatarra y genera ansiedad.

La organización mundial de la salud define la obesidad como la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. en el año 2016, aproximadamente 650 millones de adultos mayores de 18 años eran obesos, con mayor prevalencia en mujeres con un 15%, seguida de los hombres con un 13%. En cuanto a los niños se encuentra que alrededor de 41 millones de niños menores de 5 años tienen sobrepeso u obesidad.

En Ecuador, el 63,6% de adultos de ambos sexos presentó sobrepeso y obesidad, es decir un IMC mayor o igual a 25 kg/m², la prevalencia de obesidad en adultos de ambos sexos fue de 25,7% siendo mayor en mujeres (30,9%) que en hombres (20,3%). Sumados el sobrepeso y obesidad, se encontró un mismo patrón, con una mayor prevalencia en mujeres (67,4%) que en hombres (59,7%), siendo mayor en el grupo de 45 a 69 años, en este grupo se encontró que 8 de cada 10 mujeres presentaron sobrepeso y obesidad. <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/10/>. El porcentaje de niños entre 5 y 11 años con sobrepeso y obesidad a 2018 es 35,4% por área de residencia los valores son 36,9% a nivel urbano y 32,6% en lo rural. Una realidad que coexiste con uno de los porcentajes más altos de desnutrición crónica infantil, sin embargo, esta desnutrición es una de las condicionantes para el desarrollo de obesidad abdominal en la vida adulta, lo que ha ocurrido en las últimas décadas, en que la obesidad y el sobrepeso se han multiplicado tanto por la cantidad como la calidad de los alimentos que se consumen .

La obesidad es una enfermedad compleja, multifactorial, que generalmente se inicia en la infancia, pero que puede llegar a perdurar en la vida adulta. Actualmente es el trastorno nutricional más frecuente en países desarrollados y en vías de desarrollo; cuando se inicia en la segunda década de vida es un factor predictivo de la obesidad adulta, y si se mantiene en el tiempo, se asocia a un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular y mortalidad; algunas complicaciones metabólicas como la resistencia a la insulina y la dislipidemia pueden detectarse ya desde la infancia y adolescencia, éstas y otras patologías asociadas a la obesidad limitan la calidad de vida de los que la padecen, como las que ocurren en el sistema musculoesquelético: en la esfera cardiovascular, hipertensión arterial, hipertrofia cardíaca, arritmia cardíaca; en la respiratoria: síndromes de hipoventilación, apnea obstructiva del sueño, infecciones respiratorias; Petrova “et al.”, manifiesta que la obesidad es un gran factor de riesgo para el ingreso a hospitalización, ingresos a UCI e incluso altas tasas de mortalidad por Covid-19. En la neuropsicológica: trastornos adaptativos, enfermedad depresiva. En la esfera endocrina, Diabetes Mellitus tipo 2, síndrome de ovario poliquístico, infertilidad, etc.

Este problema de salud tiene su origen en una interacción genética y ambiental, siendo más importante la parte ambiental o conductual, la cual establece un desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético.

Su posible solución pasa por modificar los estilos de vida, no sólo del niño y de su entorno familiar, sino de todo el conjunto de la estructura social. Flodmark et

al. han determinado que las estrategias de prevención frente a la obesidad infantil deben distribuirse en seis niveles: familia, colegio, profesionales de la salud, gobierno, industria y medios de comunicación, cambio social en la promoción de una alimentación saludable y prevención del sedentarismo.

Un índice de masa corporal mayor a 25 kg/m² se define como sobrepeso, un índice de masa corporal mayor a 30 kg/m² como obesidad en los adultos; en los niños se utilizan los valores de IMC de los percentiles 85 y 95 para definir sobrepeso y obesidad respectivamente, también es importante considerar la distribución de grasa corporal como la circunferencia de cintura que debe ser menor de 70 centímetros para evitar riesgo metabólico aumentado y enfermedad cardiovascular, en los adultos latinoamericanos un perímetro de cintura máximo de 88 centímetros para mujeres y 94 centímetros para varones.

La obesidad constituye una epidemia que requiere la intervención de un equipo interdisciplinario de salud, políticas de gobierno, conciencia social de la industria alimentaria, entre otros, que permitan aplicar estrategias preventivas y un manejo coherente a la realidad de nuestros pacientes.

En el presente volumen se presentan artículos dedicados a la obesidad, invito a leerlos, a tomar mayor responsabilidad desde el campo profesional que ejerzamos, y a unir fuerzas para seguir luchando en la contención de esta pandemia.

Dra. María Eugenia Aguirre. MD,Msc
Presidente SENPE AZUAY