

OBESIDAD: PROMOCIÓN DE ACCIÓN DE LA SAN

El sobrepeso y la obesidad muestran una prevalencia creciente. En la humanidad se están desarrollando enfermedades crónicas no transmisibles que tienen un alto impacto sobre la salud pública.

La obesidad se ha vuelto un problema de primera magnitud en todo el mundo. El informe de la ONU 2012 es un llamado a la acción, alrededor de 1300 millones de personas son obesos en todo el mundo y más de tres millones acaban muriendo cada año. Es un desafío para todos los profesionales de la salud el cual debemos enfrentar, ya que en las proyecciones para los próximos años se espera un crecimiento significativo. A pesar de este escenario, estas enfermedades son prevenibles. Se estima que cerca de un 80% de los casos de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y diabetes tipo 2 pueden evitarse, así como un 40% de los cánceres. Esto se puede lograr mediante medidas que involucren el abordaje de los factores de riesgo comunes a estas entidades, principalmente el tabaquismo, la alimentación inadecuada y la inactividad física.

En el año 2005 se realizó la primera Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR), que permitió contar con una línea de base y priorizar acciones de prevención y control. En 2009, con la Segunda Encuesta, se pueden observar tendencias para poder monitorear las acciones necesarias para la prevención de los factores de riesgo. La prevalencia nacional de obesidad según la ENFR 2009 fue de 18%, significativamente mayor a la cifra hallada en la de 2005 (14,6%). La epidemia de obesidad no la podemos justificar por una sola causa, varios factores actúan al mismo tiempo pero de manera variable sobre cada individuo, esto lleva a distintas expresiones en el cuerpo. Debemos considerar la multicausalidad. Según Barry Popkin, el proceso de transición nutricional se ha desarrollado de manera concomitante o precedida por cambios demográficos y epidemiológicos. Los cambios en los patrones dietarios y de actividad física se describen como determinantes de la obesidad en el contexto de la evolución socioeconómica y demográfica. Las empresas de comidas rápidas incorporan el denominado "agrandamiento de porción", en el que por una mínima diferencia económica llegan a duplicar la cantidad de comida ofrecida. A nivel nacional, sólo el 4,8 % de la población consume las 5 porciones de frutas o verduras por día recomendadas por la Organización Mundial de la Salud. Un estilo de vida físicamente activo se asocia con buen control de peso, mayor control de la tensión arterial, menor incidencia de diabetes y de enfermedad cardiovascular, y mayor bienestar psicológico. Según los datos de la 2da. ENFR se observó una elevada prevalencia de inactividad física (54,9%), mayor a la observada en la ENFR 2005 (46,2%).

Frente a la realidad actual, el Grupo de Trabajo Obesidad de la Sociedad Argentina de Nutrición elaboró un Documento de Consenso sobre el abordaje nutricional del paciente con sobrepeso y obesidad, que nuestra revista "Actualización en Nutrición" publica en este número, orientado a los profesionales de la salud y el beneficio a los pacientes. Las intervenciones tendrán como objeto evitar los riesgos de caer enfermo, con la atención de un equipo interdisciplinario de salud nutricional para la comprensión de las variables y procesos que explican la Obesidad.

Dra. Berta Gorelik

Médica Especialista en Nutrición
Vicepresidente Sociedad Argentina de Nutrición
Coordinadora Sub Comisión Científica SAN