

Mesa Redonda: ¿Qué es lo nuevo en nutrición?

Tema: Epidemiología de la obesidad.

Autor: Dr. Pablo Durán

Fecha: Jueves 2 de setiembre

El proceso de transición epidemiológica ha favorecido el incremento en la prevalencia de diferentes enfermedades crónicas. El sobrepeso y obesidad constituyen condiciones frecuentemente asociada a tales enfermedades. Su frecuencia, así como la de sus complicaciones son observables a edades tempranas, reconociéndose a los períodos perinatal, el denominado rebote adipositario, y la adolescencia como los periodos críticos. La prevalencia de sobrepeso y obesidad varían entre 3% y 30% en países de América Latina, y en Argentina se han reportado frecuencias similares, de entre 20% y 340% en escolares y adolescentes.

La obesidad es un problema de salud pública importante, por su elevada y creciente prevalencia así como por su asociación con diferentes enfermedades crónicas notablemente relacionadas con la dieta, como enfermedad cardiovascular, diabetes tipo 2 y algunos tipos de cáncer.

Pero constituye al mismo tiempo un indicador sumamente relevante de otras condiciones, particularmente de inequidad en el presente, y de la carga de enfermedad que implica a futuro. Por tanto es imprescindible abordar el tema del sobrepeso y obesidad en forma urgente. Y es ante ese propósito que se presenta un nuevo desafío, particularmente en la población adolescente. Las conductas y hábitos alimentarios, consumos informales, la disponibilidad, acceso o preferencia de alimentos específicos, sedentarismo, constituyen, entre otros, los principales factores que favorecen el desarrollo del sobrepeso y la obesidad. Una parte importante de la tarea orientada a reducir su frecuencia es materia del pediatra, previniendo los factores tempranos. Otro ámbito fundamental es el de la escuela. Ya en un sentido más amplio, diferentes intervenciones comunitarias y poblacionales han mostrado ser efectivas. Sin embargo en la actualidad, 3 de cada diez adolescentes presentan sobrepeso y obesidad y uno presenta riesgo elevado de enfermedad cardiovascular –síndrome metabólico-. Aún cuando las acciones comunitarias y poblacionales en la adolescencia sean relevantes, es fundamental continuar con el trabajo orientado a promover hábitos saludables en el adolescente desde el consultorio, y particularmente valorar la presencia de condiciones de riesgo. Si bien el foco del análisis sobre las condiciones asociadas a enfermedades crónicas ha estado tradicionalmente puesto en los hábitos de vida en población adulta, la evidencia actual es suficiente acerca su importancia en edades tempranas. Por tanto su identificación, reconocimiento y abordaje en el adolescente es fundamental, constituyendo uno de los últimos momentos en que la prevención es aun posible.