

LA CUESTIÓN SOCIAL EN MÉXICO

# OBESIDAD Y DESNUTRICIÓN: PROBLEMA INFANTIL DE PESO

POR MARIO LUIS FUENTES\*  
CEIDAS  
http://www.ceidas.org

La celebración del Día del Niño en México debe servir como punto de referencia para reflexionar sobre nuevos riesgos que amenazan el bienestar y el sano desarrollo de la infancia. Muchos de estos riesgos están asociados a lo que la FAO denomina "malnutrición" y que se expresa en dos tendencias alarmantes por su dimensión y complejidad: la desnutrición y la obesidad infantil. La primera está asociada a las condiciones estructurales de desigualdad y pobreza en el país, y la segunda, a la ausencia de políticas de orientación nutricional apropiadas y a la falta de una cultura alimentaria y hábitos alimenticios sanos.

**La desnutrición**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) incluye a la desnutrición en la categoría de "enfermedades de rezago epidemiológico". Se le considera de "rezago" porque es prevenible y podría ser atendida a un costo muy bajo; también, porque estas enfermedades se asocian a poblaciones marginadas y pobres que no tienen acceso a servicios básicos ni de salud. Son todos los padecimientos que pueden ser catalogados como "enfermedades de la pobreza". De acuerdo con el documento *La salud en las Américas*, de la Organización Panamericana de la Salud, la desnutrición tiene efectos graves en el retraso del crecimiento (baja talla para la edad) y peso inferior al normal (bajo peso para la edad).

En México el porcentaje de niños menores de cinco años con bajo peso es de 5% (509 mil 312 menores, en total). En este tema, las desigualdades regionales son evidentes, pues son las entidades más pobres donde vive el mayor número de infantes en esta condición. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006, Chiapas presentó 10.3% de niños menores de cinco años desnutridos (50 mil 475 niños); Hidalgo, 8.3% (19 mil 706); y Oaxaca, 7.7% (27 mil 509 niños).

El porcentaje promedio de niños menores de cinco años con baja talla es de 12.7% (más de un millón 293 mil niños). En 2006, los estados con más infantes en esta situación eran: Chiapas, 27% (132 mil 315 menores); Oaxaca, 22.1% (58 mil 235, y Guerrero, 21.6% (74 mil 677 infantes).

En el grupo de edad escolar —entre cinco y 11 años— la media nacional de niños con "baja talla" fue de 10.4% (un millón 546 mil niños). Los estados con más casos fueron Chiapas, con 25.5% (185 mil 188); Yucatán, con 23.6% (59 mil 361 niños); y Guerrero, con 22.4% (120 mil 285). De acuerdo con el Programa Nacional de Salud 2007-2012, la proporción de niños con baja talla para su edad es cinco veces mayor que en las zonas urbanas, y comparado con algunas regiones indígenas, la proporción puede llegar a ser hasta ocho veces mayor.

**Deficiencias nutricionales**

La desnutrición y la malnutrición en niños (en especial de los menores de dos años) aumentan las posibilidades de contraer infecciones, enfer-

México se debate entre una doble realidad: por una parte, estados como Chiapas y Oaxaca presentan porcentajes de hasta 10% de sus niños desnutridos; por la otra, entidades como Sinaloa y Nuevo León tienen porcentajes similares, pero de infantes con obesidad o sobrepeso. Destaca que en el país los hogares gastan casi lo mismo para el consumo de leche (641 pesos trimestrales) que en bebidas alcohólicas y embotelladas (544 pesos trimestrales). Ello revela pésimos hábitos alimenticios que, combinados con la desnutrición y el hambre, ponen en riesgo la salud y el bienestar de millones de personas.



Foto: Abdel Meza/Archivo

La cada vez menor realización de actividades físicas y el acelerado aumento en el consumo de grasas y carbohidratos procesados han elevado los índices de obesidad y sobrepeso en menores de edad, que en el futuro podrían convertirse en adultos con diabetes u otras enfermedades cardiovasculares.

nes 865 mil 132 niños entre cinco y 11 años que padecen sobrepeso y obesidad (26% de los pequeños en ese rango de edad). Las entidades que destacan en este rubro son: Yucatán, con 91 mil 306 casos (36.3%); Baja California Sur, con 24 mil 725 casos (36.0%), y el Distrito Federal, con 332 mil 988 niños (35.0%).

**Niños obesos, adultos enfermos.**

Las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y distintos tipos de cáncer se han convertido en las primeras causas de mortalidad en México. El sobrepeso y la obesidad en la población infantil son factores que a la larga puede provocar padecimientos como la diabetes, enfermedades cerebrovasculares, dislipidemias, cardiopatías isquémicas, colesterol elevado y embolias.

De acuerdo con el *Modelo del costo de la obesidad*, elaborado por la Secretaría de Salud, atender casos de diabetes, hipertensión y problemas ligados a la obesidad cuesta al año alrededor de 56 mil 700 millones de pesos, cifra que se incrementará en los próximos años para llegar, según distintas proyecciones, a más de la mitad del gasto en atención a enfermedades derivadas o relacionadas con la obesidad.

**¿Qué comemos?**

Es obvio que el problema de la malnutrición está relacionado con lo que comemos. En México, el consumo equilibrado de alimentos que son fuente de proteínas, vitaminas y minerales aún es deficiente. Por ejemplo, en nuestro país el consumo de leche *per cápita* anual creció de 137.9 litros en 1993, a 153.5 litros en 2004; esto es, un crecimiento promedio de 0.3 litros diarios en 1993 a 0.42 litros diarios por persona.

Lo mismo ocurre con la carne. Mientras que Argentina y Brasil la ingesta anual de carne es de 38.7 y 26.3 kilos por persona, respectivamente, en México es de 9.9 kilos. En contraste, hay estimaciones que consideran un consumo anual *per cápita* de 148 litros de refrescos embotellados, esto es 0.4 litros diarios. Esto se refleja en los gastos que realizan los hogares. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Ingreso y Gasto en los Hogares 2006, las familias gastaron en promedio, cada trimestre, 641 pesos en leche y sus derivados, frente a 544 pesos en bebidas alcohólicas y no alcohólicas.

**A LA ESCUELA Y SIN DESAYUNAR**

**Estados con el mayor porcentaje de alumnos de primero de primaria en estado de desnutrición, 2004:**

ENTIDAD FEDERATIVA	% DE ALUMNOS
Nacional	30.9
Chiapas	60.9
Oaxaca	57.6
Yucatán	50.1
Guerrero	49.0
Puebla	42.7
Campeche	39.8
Veracruz	38.8
Hidalgo	37.0
Quintana Roo	35.3
Tabasco	34.3
Tlaxcala	33.8
México	31.8
San Luis Potosí	30.7

Fuente: Panorama Educativo, México 2006, INEE.

**Entidades con mayor porcentaje de baja talla en niños de cinco a 11 años:**

ENTIDAD FEDERATIVA	TOTAL DE NIÑOS MENORES DE CINCO AÑOS	PORCENTAJE DE NIÑOS CON BAJA TALLA O DESMEDRO	TOTAL DE NIÑOS CON BAJA TALLA O DESMEDRO
Nacional	14,865,893	10.4	1,546,052
Chiapas	726,228	25.5	185,188
Yucatán	251,532	23.6	59,361
Guerrero	536,988	22.4	120,285
Oaxaca	569,220	22.2	125,228
Campeche	112,455	13.9	15,631
Quintana Roo	150,298	13.6	20,440
Puebla	834,890	12	100,186
Michoacán	606,950	10.3	62,515
Estado de México	1,919,939	10	191,993
Veracruz	1,031,051	10	103,105
Querétaro	240,021	10	24,002
Tabasco	296,228	9.8	29,030
San Luis Potosí	379,265	8.7	32,996
Tlaxcala	162,001	8	12,960
Morelos	224,535	7.6	17,064

Fuente: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006, por entidad federativa.

**Estados con el mayor porcentaje de alumnos de sexto de primaria en estado de desnutrición, 2004:**

ENTIDAD FEDERATIVA	% DE ALUMNOS
Nacional	29.8
Chiapas	59.0
Oaxaca	55.5
Yucatán	50.0
Guerrero	44.7
Puebla	42.8
Campeche	42.7
Quintana Roo	38.7
Veracruz	37.5
Tabasco	36.1
Hidalgo	35.5
Tlaxcala	32.7
San Luis Potosí	30.9
México	28.9

Fuente: Panorama Educativo, México 2006, INEE.

marse y, como consecuencia, morir. El Primer Informe de Gobierno del presidente Felipe Calderón indica que la tasa de mortalidad por deficiencia nutricional en 2000 fue de 12.1 casos por cada 100 mil menores de cinco años (unas mil 286 muertes); en 2007 la tasa fue de 8.7 casos por 100 mil habitantes en este rango de edad (886 muertes).

Aunque la tasa disminuyó, hay aspectos que el gobierno debe atender, como promover y crear progra-

mas para fortalecer el consumo de micronutrientes que prevengan problemas de salud entre los niños.

Por ejemplo, según indica el documento *Promoción de la salud en las Américas*, en América Latina la falta de hierro ha generado que más de 77 millones de niños padezcan anemia nutricional. Si la dieta de los niños no incluye este mineral, es probable que se tengan problemas del desarrollo cognitivo, así como baja productividad y rendimiento.

**La sobrenutrición**

El sobrepeso y la obesidad se miden como el exceso de peso según la talla relativa que deberían tener las personas en determinada edad. El incremento de la obesidad a nivel mundial se ha debido al aumento en la ingesta de grasas y carbohidratos procesados, así como la reducción en las actividades físicas.

De acuerdo con el *Population Reference Bureau*, en 2007 alrededor de 155 millones de niños en edad esco-

lar padecían sobrepeso en todo el mundo y 40 millones, obesidad.

La Encuesta Nacional de Salud 2006 informa que 5.3% de los menores de cinco años en México padecen sobrepeso (539 mil 870 niñas y niños). Los estados que ocupan los primeros lugares en sobrepeso de pequeños en edad preescolar son: Sinaloa, con 10% (24 mil 490 casos); Yucatán, 10% (16 mil 957), y Nayarit, con 9.4% (ocho mil 684).

Por otra parte, hay tres millo-

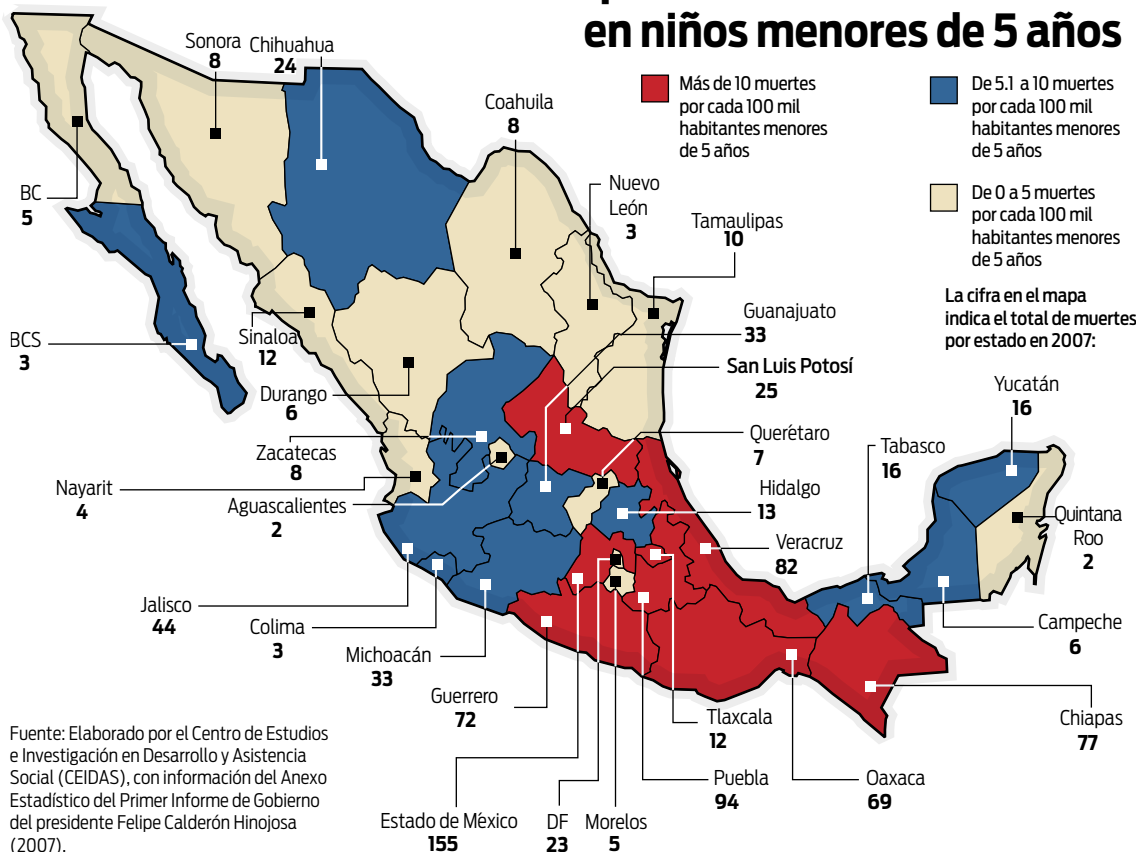


(\* Este texto se elaboró con material del Centro de Estudios de Investigación en Desarrollo y Asistencia Social.

**METODOLOGÍA**

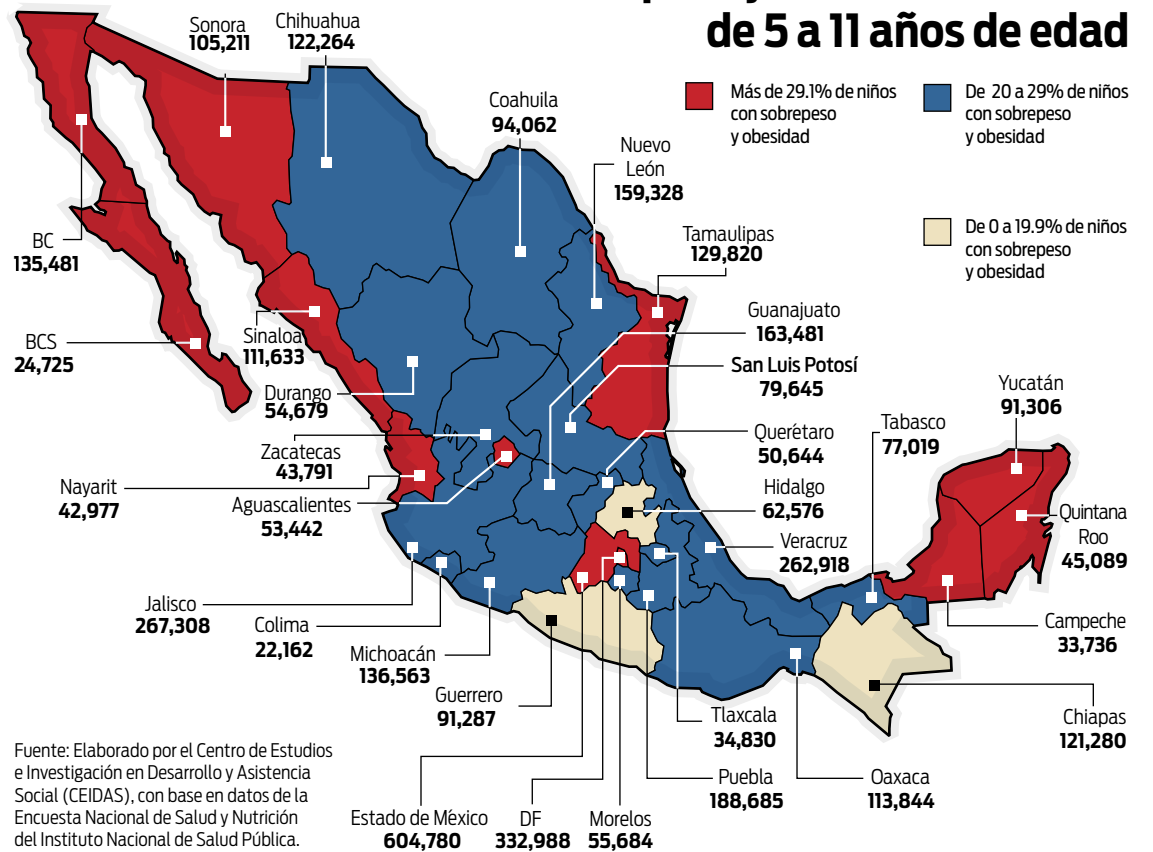
La selección de los indicadores para elaborar esta investigación se apegó a los siguientes criterios: 1) Proviene de fuentes oficiales o de organismos internacionales; 2) son datos con representatividad nacional; 3) son datos con rastreadibilidad, con la misma metodología en los últimos 10 años.

**Mortalidad por deficiencia nutricional en niños menores de 5 años**



Fuente: Elaborado por el Centro de Estudios e Investigación en Desarrollo y Asistencia Social (CEIDAS), con información del Anexo Estadístico del Primer Informe de Gobierno del presidente Felipe Calderón Hinojosa (2007).

**Sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años de edad**



Fuente: Elaborado por el Centro de Estudios e Investigación en Desarrollo y Asistencia Social (CEIDAS), con base en datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del Instituto Nacional de Salud Pública.