

TEMA: Alimentación

SUBTEMA: Decesos mala alimentación

REFERENCIA: Regeneración. (30 de octubre de 2020) 200 mil decesos al año en México por mala alimentación. Recuperado de <http://bit.ly/3no9YuF>

NOTA:

200 mil decesos al año en México por mala alimentación

En 2019 el INEGI informó que fallecieron 747 mil 784 personas, el 88.8% de ellas a causa de enfermedades, mientras que 11.2% fueron por accidentes, homicidios y suicidio.

En México más de 200 mil personas fallecen a causa de la obesidad, 80 mil de ellas por diabetes y más de 100 mil por enfermedades cardiovasculares.

Uno de los principales factores que desencadenan dichas enfermedades es la mala alimentación.

La mayoría de los mexicanos consume productos ultraprocesados altos en azúcares, grasas, sodio y calorías.

El 30% de las calorías en la dieta de un mexicano son alimentos ultraprocesados. El consumo de bebidas azucaradas provocan el fallecimiento de 40 mil personas al año.

El 57% (23 mil 433) de los decesos son por diabetes, el 33% (13 mil 517) por enfermedades cardiovasculares y el 1% (144) por diversos tipos de cáncer asociados a la obesidad.

La obesidad y el sobrepeso han sido una de las mayores problemas de salud en México y ahora con la llegada del Covid-19 la mortandad ha aumentado.

En 9 meses la pandemia ha dejado al menos 90 mil fallecidos.

La Secretaría de Salud ha informado que la diabetes, obesidad y la hipertensión son factores que aumentan el riesgo de morir si se contrae Covid-19.

La obesidad incrementa en un 47% hasta un 50% la gravedad de la enfermedad y la probabilidad de morir a causa de Covid-19.

Si no se realizan cambios en las políticas públicas para contrarrestar los efectos de la pandemia, en el año 2025 habría al menos 16 millones de casos de enfermedades cardiovasculares y 12 millones de casos de diabetes por sobrepeso y obesidad.

El gobierno de México ha implementado algunas acciones para contrarrestar dichos efectos como el impuesto a las bebidas azucaradas (2014) y el nuevo etiquetado frontal (2020).

El impuesto a las bebidas azucaradas podría evitar hasta 19 mil decesos y 189 mil casos nuevos de diabetes.

También se calcula que en unos cinco años el nuevo etiquetado frontal reduzca el consumo calórico en la población y así disminuya el número de fallecidos derivadas de la mala alimentación.

COMENTARIO

En medio de la pandemia de Covid-19 se ha hecho notable la necesidad de mejorar la calidad en la alimentación de la población, pues padecimientos como el sobrepeso, obesidad y diabetes han resultado ser agravantes en la salud de aquellas personas que ha contraído el virus. Las políticas públicas dirigidas al mejoramiento de hábitos alimenticios en los mexicanos no han tenido el resultado esperado, en los últimos años hemos escalado hasta los primeros lugares en obesidad y sobrepeso a nivel mundial, teniendo el primer lugar en obesidad infantil.

Un estudio realizado por el doctor Steven Grover de la universidad McGill de Montreal¹, demostró que cuanto más sobrepeso tiene un individuo de joven, la repercusión en su salud (posterior) será más importante, las personas con sobrepeso pierden entre 0 y 3 años de esperanza de vida, las personas con obesidad entre uno y seis años, en tanto que los casos más graves se pierden entre uno y ocho años de esperanza de vida. Además de una reducción en su esperanza de vida, factores como la pandemia actual colocan en una posición de doble vulnerabilidad a las personas que cuenten con estas características, es por ellos que los problemas de salud relacionados con la alimentación necesitan ser atendidos desde un enfoque integral en el que se consideren el aspecto económico y social como una de las principales causantes del inaccessión a una alimentación saludable para la mayoría de los habitantes.

RESPONSABLE

Cynthia Guadalupe Hernández Rojas

¹ Observatorio Mexicano de Enfermedades No Transmisibles. (2014). La obesidad puede acortar la esperanza de vida hasta ocho años. *CNN México*. Recuperado de <http://bit.ly/38uqy6U>