

PREVALENCIAS OBESIDAD EN COSTA RICA



1. INTRODUCCIÓN

La epidemia de la obesidad es una enfermedad precursora de otras no transmisibles, es considerada de origen multifactorial por lo que debe relacionarse con los determinantes de la salud, factores de riesgo y factores protectores, lo que implica prestar atención a ambientes obesogénicos y a etapas cruciales del curso de vida.

La Obesidad en Costa Rica representa un serio problema de salud pública debido a las implicaciones que genera en la salud, en el 2017 este evento ocupó el segundo lugar en los factores de riesgo generales y representó el 54% del total de factores de riesgo que contribuyen a la muerte y las discapacidades del país, lo que implica altos costos de atención y del estado.



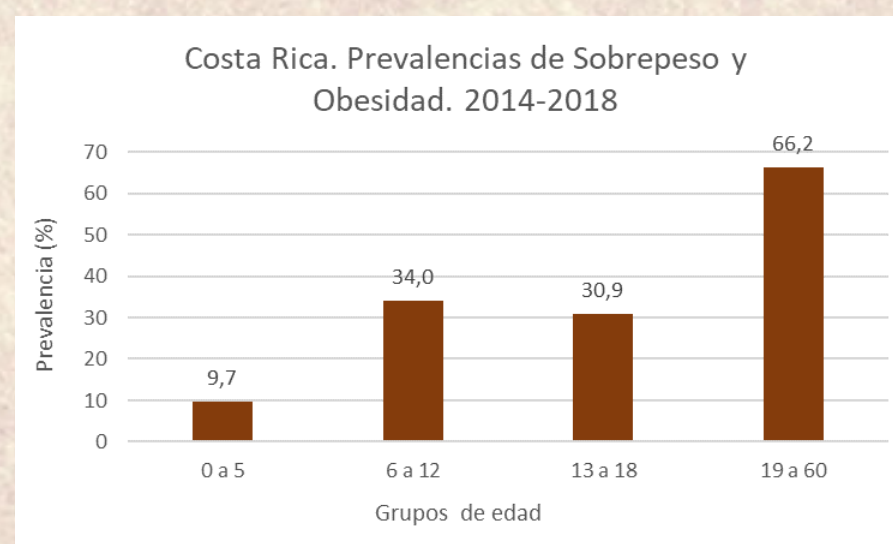
Antecedentes mundiales

- Desde 1975, la obesidad se ha casi triplicado en todo el mundo.
- En 2016, más de 1900 millones (39%) de adultos tenían sobrepeso, de los cuales, más de 650 millones (13%) eran obesos, 41 millones de niños menores de cinco años y más de 340 millones de niños escolares y adolescentes (de 5 a 19 años) tenían sobrepeso u obesidad.
- El aumento en la incidencia de las enfermedades no transmisibles (ENT), en los últimos años se ha relacionado con la prevalencia de factores de riesgo modificables como el sedentarismo y la obesidad, asociado además a diferentes estilos de vida.

2. LINEAS BASE NACIONALES DE SOBREPESO Y OBESIDAD

En Costa Rica, la prevalencia del sobrepeso y la obesidad ha experimentado un crecimiento exponencial en toda la población, pero ha sido alarmante el crecimiento en la población infantil en los últimos 10 años, constituyéndose este evento como un problema de salud pública.

Grupo de edad	Sobrepeso (%)	Obesidad (%)	Fuente
0 a 5 años	7,4	2,3	Encuesta de mujeres, niñez y adolescencia del 2018. Ministerio de Salud. UNICEF. INEC
6 a 12 años	20	14	Censo Escolar Peso/Talla 2016. Ministerio de Salud. MEP
13 a 18 años	21,1	9,8	Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física 2018. Ministerio de Salud. MEP
19 a 60 años	36,8	29,4	Encuesta de Factores de Riesgo Cardiovasculares, 2014. CCSS



No se cuenta con línea base de estado nutricional para adultos mayores.

3. RECOMENDACIONES

- Desarrollar investigación epidemiológica que permita determinar los factores de riesgo y factores protectores por grupos de edad y distribución geográfica.
- Fortalecer el sistema de vigilancia alimentario nutricional (SISVAN) con información precisa, válida, confiable y oportuna.
- Capacitar a las regiones y áreas rectoras de salud en el uso de la herramienta del SISVAN, así como el análisis de la información de vigilancia nutricional.
- Sistematizar la información de Vigilancia nutricional a fin de sustentar la formulación de lineamientos para la política pública posiblemente guiada a la inclusión de hábitos saludables en la población objetivo
- Elaborar, desarrollar e implementar políticas públicas que consideren los determinantes de la salud.
- Otras acciones: el aumento de la accesibilidad a los servicios profesionales en nutrición desde el primer nivel de atención, esta medida de Salud Pública permitirá aumentar los conocimientos sobre alimentación y nutrición, de manera preventiva permitirá apoyar la adopción de adecuados hábitos de vida que reduzcan las enfermedades crónicas no transmisibles. (Lizano, 2018).
- Implementar políticas que regulen las grasas, azúcares y sodio en los productos industrializados, esto acompañado de un etiquetado nutricional que tenga como prioridad advertir al consumidor o sea que favorezca su accesibilidad y comprensión.

Costa Rica, ocupa la sexta posición en Latinoamérica con el mayor porcentaje de adultos obesos (FAO, 2018).

El sobrepeso y la obesidad han alcanzado más del 60% de la población adulta y un tercio de los niños mayores de seis años ya sufre este problema.



4. CONCLUSIONES

- Sobresale la necesidad de realizar de manera periódica estudios sobre vigilancia epidemiológica y determinantes de la salud, en temas nutricionales que permitan identificar los factores de riesgo y factores protectores que influyen en el sobrepeso y la obesidad y sus ambientes obesogénicos.
- Se evidencia la necesidad de vigilar el acatamiento de los reglamentos establecidos por el gobierno diseñados con el objetivo de prevenir la obesidad y promover hábitos saludables, entre ellos el REGLAMENTO DE VIGILANCIA DE LA SALUD, Notificación obligatoria de Obesidad.
- Es indispensable identificar el grupo de edad a intervenir en temas nutricionales, para establecer las estrategias adaptadas a la población y el abordaje adecuado.
- La Obesidad no es un evento único de Salud, los cambios de hábitos alimentarios y de actividad física son consecuencia de políticas integrales en todos los sectores, salud, agricultura, educación, transporte, planificación urbana, medio ambiente, procesamiento, distribución y comercialización de alimentos.

5- Referencias bibliográficas

La obesidad es prevenible.

- OMS. (2021, 09 de junio). Obesidad y sobrepeso. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.
- Pabón, C., Hubley, E., Spurrell, G., & Smoey, M. (2021). Obesidad: análisis de la prevalencia de obesidad y sobrepeso en una población de adultos con bajos ingresos en Costa Rica. *Revista Ciencia y Salud*, 5(2)4662. Recuperado de <http://revistacienciaysalud.ac.cr/ojs/index.php/cienciaysalud/article/view/244/378>
- Ministerio de Salud. Ministerio de Educación Pública (2016) Primer Censo Escolar Peso/Talla Informe Ejecutivo Censo Escolar Peso/Talla Costa Rica. Recuperado de <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/informe-ejecutivo-censo-escolar-peso-cortofinal.pdf>.
- Encuesta Colegial de Vigilancia Nutricional y Actividad Física (2018). Ministerio de Salud, Costa Rica. Tomado de <https://www.ministeriodesalud.go.cr>
- Encuesta de Mujeres, Niñez y Adolescencia 2018. Ministerio de Salud, INEC, UNICEF. <https://www.inec.cr/documento/encuesta-de-mujeres-ninez-y-adolescencia-2018-emna>
- CCSS (2011) Vigilancia de los factores de riesgo cardiovascular. <https://www.binasss.sa.cr/informesdegestion/vigilancia.pdf>
- Reyes Chaves Jonathan, Fernandez Rojas Xinia. (2020). Asociación entre la distribución espacial de puntos de adquisición de alimentos y la prevalencia de obesidad infantil en el cantón La Unión, Costa Rica. *Revista Scielo Población y Salud en Mesoamerica*, Vol18. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-02012020000200378&script=sci_arttext
- Lizano, VM. (2018). Políticas de salud pública y reducción de obesidad y otras enfermedades no transmisibles. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 27(2), 56-58. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292018000200056&lng=en&tlng=es Ministerio de Salud de Costa Rica. (2017).