



Conclusiones y Recomendaciones

Epidemiología de la Obesidad

Conclusiones

- La Obesidad (sobre todo en su fenotipo abdominal), representa una de las más grandes amenazas a la Salud individual y colectiva, ya que el sobrepeso y la obesidad confieren un elevado riesgo de morbimortalidad, como promotores o inductores de muy severas comorbilidades.

- Ningún sexo, edad ni grupo étnico, es respetado por esta Pandemia, cuya prevalencia/incidencia crece, en casi todo el mundo desde edades muy precoces de la vida y de la adolescencia.

- Numerosos estudios confirman un mayor riesgo para ambos estados (sobrepeso/obesidad) en relación inversa con los niveles socioeconómicos y educativos, sobre todo en los Países menos desarrollados. Es ésta una realidad dramáticamente cierta en ciertos países Latino-Americanos (p.e. México, Bolivia, Brasil, Venezuela...), en los que el sobrepeso "convive" o se solapa con la desnutrición severa, más o menos encubierta, incluso en miembros de una misma comunidad o familiar étnica específica o no, y es el resultado de una compleja interacción entre genes y factores ambientales (nutrición, actividad física, calidad/cantidad de sueño, factores psicobiológicos y culturales...).

- "Es heterogénea y multifactorial, salvo en las formas monogénicas y sindrómicas, ya que en la obesidad común no es detectable en su heterogeneidad fenotípica un patrón mendeliano simple" (Bouchard, C., 1992). Sobre esta predisposición actúan una vastísima serie de factores externos (ambientales) que oscilan desde hábitos sedentarios (ninguna actividad física) con escaso gasto energético, acoplados a un surplus de aporte con la Dieta (azúcares refinados, grasas saturadas...), la urbanización predominante, el estrés psicológico asociado a la biografía del individuo, la presión social y económica, el sueño escaso y/o de la mala "calidad". Dicha combinación de factores, es bien notoria en la mayoría de los países latinoamericanos, aquí estudiados. Y entre ellos es muy severa en algunos como México, Brasil, Bolivia e incluso Perú.

- Hecho notable es que en la mayoría de los países Latinoamericanos (con la excepción notable de Argentina, Portugal y España), la prevalencia de Sobrepeso-Obesidad es mayor en el sexo femenino, más aún en el ciclo vital postmenopausico, y con un patrón distributivo preferente de la grasa en el compartimiento abdominal. Este retrato nada favorable para la Salud de los individuos y para los Organismos Responsables de Salud Pública, implica además una gran carga social (invalidez, discapacidad, complicaciones C-V precoces, y aun mayor riesgo de ciertos tipos de Cáncer), así como un incremento notable de los gastos económicos demandados por la Obesidad y sus comorbilidades, y también un mayor riesgo de mortalidad prematura en personas en edades jóvenes y productivas, sin excepción, en todos los Países Iberoamericanos y en España, con un preocupante crecimiento de la incidencia de sobrepeso y obesidad en la infancia y adolescencia (promedio del 20-25% en esas edades).

Recomendaciones

- La prevención es la exigencia inmediata de estos estudios epidemiológicos, para afrontar esa pandemia desde una perspectiva multifactorial, en Portugal, España e Ibero-América, y esto a través de la colaboración multinacional/multidisciplinar. Dentro de estas iniciativas, requieren una atención particular las enfocadas a la obesidad infantil como las tipificadas en España por la llamada Estrategia NAOS.

- *“En síntesis, prevenir es mejor que curar y la lucha debe ser «contra» la obesidad y no contra el obeso”.*

- En efecto, la preocupación por combatir la obesidad y el sobrepeso en niños-adolescentes y adultos, ha generado muy interesantes propuestas de estrategias preventivas (p.e. Argentina, México, Perú, Venezuela, Brasil), alentadas por las Autoridades Nacionales, Políticas Sanitarias Públicas y por otras iniciativas de Asociaciones Privadas o Profesionales.

- La educación y promoción de hábitos saludables de nutrición, actividad física y el abandono del consumo del tabaco, etc), constituyen el núcleo de estas estrategias de Prevención (No-Farmacológicas y Farmacológicas), y también la implantación de la cirugía metabólica (o bariátrica), (p.e. Brasil, Chile y Argentina).

- Quizá una consecuencia importante, entre otras, de esta Reunión, sea la de obtener un Consenso sobre esta problemática del sobrepeso/obesidad, sobre las estrategias conjuntas de prevención en Iberoamérica, España y Portugal, y en la que se involucren las respectivas Autoridades Sanitarias.