



## **Estudios en China y Estados Unidos confirman que obesidad es el segundo factor de riesgo frente al COVID-19, luego de la edad**

- *La mala dieta no sólo ha generado obesidad y diabetes, ha debilitado el sistema inmunológico de la población.*
- *Piden realizar recomendaciones de dieta basada en alimentos naturales para fortalecer sistema inmune de la población.*

**Ciudad de México, 16 de abril 2020.-** De acuerdo con un estudio en revisión por la revista The Lancet sobre pacientes con COVID-19 en China e información publicada por el sitio de noticias estadounidense [Business Insider](#), que muestran los resultados del estudio más grande realizado en Estados Unidos sobre ingresos hospitalarios por COVID-19, demuestran claramente que la obesidad es el mayor riesgo crónico para la admisión en los hospitales, por encima de las enfermedades cardiovasculares y pulmonares. El único factor por encima de este sigue siendo la edad.

A partir de los datos obtenidos de 383 pacientes del Tercer Hospital del Pueblo de Shenzhense se concluyó que “la presencia de obesidad estuvo asociada con un mayor desarrollo de neumonía severa en adultos hospitalizados con Covid 19”. Los pacientes con COVID-19 que presentaban obesidad tenían 86% más de probabilidades de desarrollar neumonía severa. Esto quiere decir que las personas con obesidad tuvieron 2.4 veces más probabilidad de presentar problemas graves al contraer el virus. El estudio recomienda: “Como el Covid 19 continuará difundiéndose alrededor del mundo, los clínicos deben mantener un alto nivel de atención en pacientes obesos. Los pacientes con obesidad deben ser cuidadosamente monitoreados y manejados con tratamientos rápidos y agresivos”.

Por su parte, el estudio realizado por la NYU Grossman School por médicos de la NYU Langone Health Center, aún en espera de revisión por pares, presenta casos específicos del estado de Nueva York, sin embargo, el grupo de estudio es extenso, pues se analizaron las circunstancias de 4,103 personas infectadas por COVID-19 entre el 1 de marzo y el 2 de abril de 2020 en otras regiones de los Estados Unidos.

Del total de los pacientes analizados, aproximadamente la mitad fueron internados en algún centro de salud. En específico, 87% de los pacientes que tenían más de 65 años tuvieron que ser hospitalizados, al igual que el 70% de aquellos que presentaban obesidad y eran mayores de 35 años. Incluso aquellos menores de 35 tenían más probabilidades de ser admitidos si eran hombres y presentaban obesidad.

Varias investigaciones ya venían advirtiendo de la dimensión del problema, el 8 de abril el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades encontró que el 48.3% de los pacientes ingresados en los hospitales de 99 condados en Estados Unidos eran obesos, 59% tenían entre 18 y 49 años. De acuerdo con este Centro la “obesidad severa” o tener un índice de masa corporal por arriba de 40 o más, es una condición de alto riesgo para contraer la enfermedad de COVID-19.



## **El caso de México**

La situación de México puede ser aún más dramática, en 2016 la Secretaría de Salud emitió la emergencia epidemiológica por obesidad y diabetes, a éstas se le suma ahora la de COVID-19. De acuerdo con los datos de 2018, a nivel nacional un 36.1% de la población vive con obesidad y 39.1% con sobrepeso. Un total de 8.6 millones de personas viven con diabetes y 15.2 millones presentan hipertensión. Esto equivale al 10.3% y 18.4% de la población, respectivamente.

De los casos a nivel nacional de fallecimientos en personas (406) con COVID-19, hasta el 14 de abril del 2020, el 43.35% de los casos presentaba hipertensión, 37.68% tenía diabetes y 34.24% presentaba obesidad.

Si se compara con los países en los que la pandemia de COVID-19 ha cobrado mayor fuerza, encontramos que en China apenas el 6% de la población vive con obesidad. En el caso de Italia esta cifra alcanza el 10%; esto es 30.1% y 26.1% menos que en nuestro país, respectivamente.

### **¿Dónde se origina esta susceptibilidad?**

Los investigadores sugieren que la relación entre el peso y la gravedad de los casos reside en la respuesta inflamatoria de la obesidad en el organismo; la cual puede afectar el sistema inmune y la función pulmonar, críticos en la lucha contra el COVID-19. De acuerdo con expertos, la inflamación es un mecanismo de defensa natural del organismo que ayuda a evitar daños en los tejidos causadas por factores biológicos, físicos y químicos. Para el caso de la obesidad y las enfermedades crónicas, la inflamación es silenciosa, de bajo grado, pero constante.<sup>1</sup>

En este sentido, las enfermedades crónicas generan una hiperactividad de las células del sistema inmune de forma permanente, el cual genera un agotamiento en el mismo, lo que a su vez le impide atacar de manera efectiva enfermedades causadas por patógenos externos, como el COVID-19. Además, la obesidad puede restringir físicamente la respiración, lo cual es evidentemente problemático si se presenta un caso grave de enfermedades respiratorias, como la antes mencionada.

### **La dieta saludable debe formar parte de las recomendaciones contra Covid 19**

El consumo de alimentos altos en azúcares, grasas, harinas refinadas y otros ingredientes comunes en los alimentos ultraprocesados, aumentan la inflamación. Si esta condición es cotidiana, se da un desgaste del sistema inmunológico.

Considerando que el riesgo del COVID-19 persistirá por un largo periodo, es importante que se recomiende el mantener una dieta saludable basada en alimentos frescos, verduras frutas y granos enteros. Esta recomendación es muy importante para contrarrestar la tendencia a un mayor consumo de productos ultraprocesados por las condiciones de confinamiento.

#### **Contacto Prensa:**

Diana Turner cel. 55-8580-6525,  
Majo Sendra cel. 55-3821-8589,  
Rosa Elena Luna cel. 55-2271-5686,  
Denise Rojas cel. 55-1298-9928

---

<sup>1</sup> Kapka-Skrzypczak L, Niedźwiecka J, Skrzypczak M, Kruszewski M. Nutrients as inflammatory state modulators. *Pediatr Endocrinol Diabetes Metab.* 2013;19(1):39-43.