



EL PODER DEL CONSUMIDOR

Enfermedades crónicas y Ambiente Obesogénico

Jorge Vargas-Meza

Ciudad de México · 27 de septiembre · 2022



México, padece actualmente altas prevalencias de enfermedades crónicas

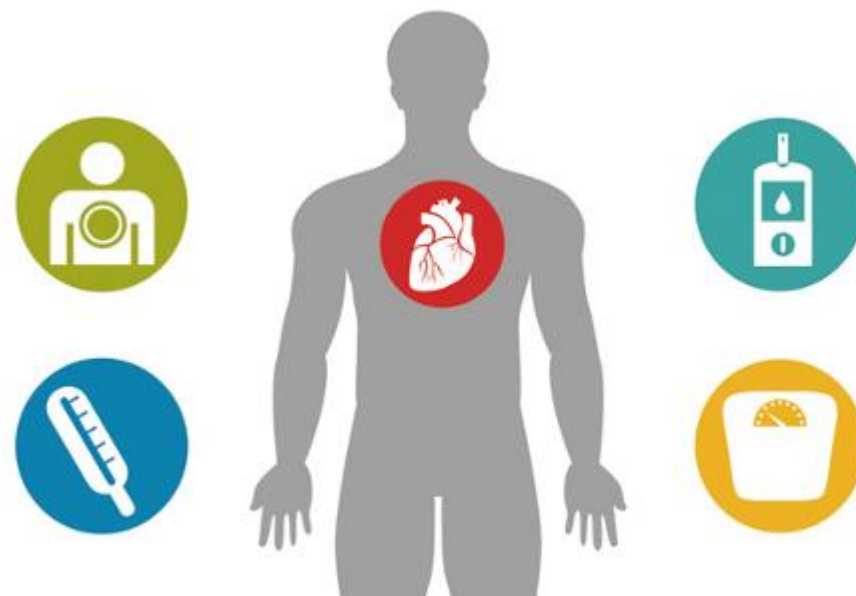
- **16%** Diabetes (10.4% por diagnóstico previo)
- **49%** Hipertensión
- **15%** Enfermedad Renal
- **Enfermedades cardiovasculares: 1er** causa de mortalidad en el país.



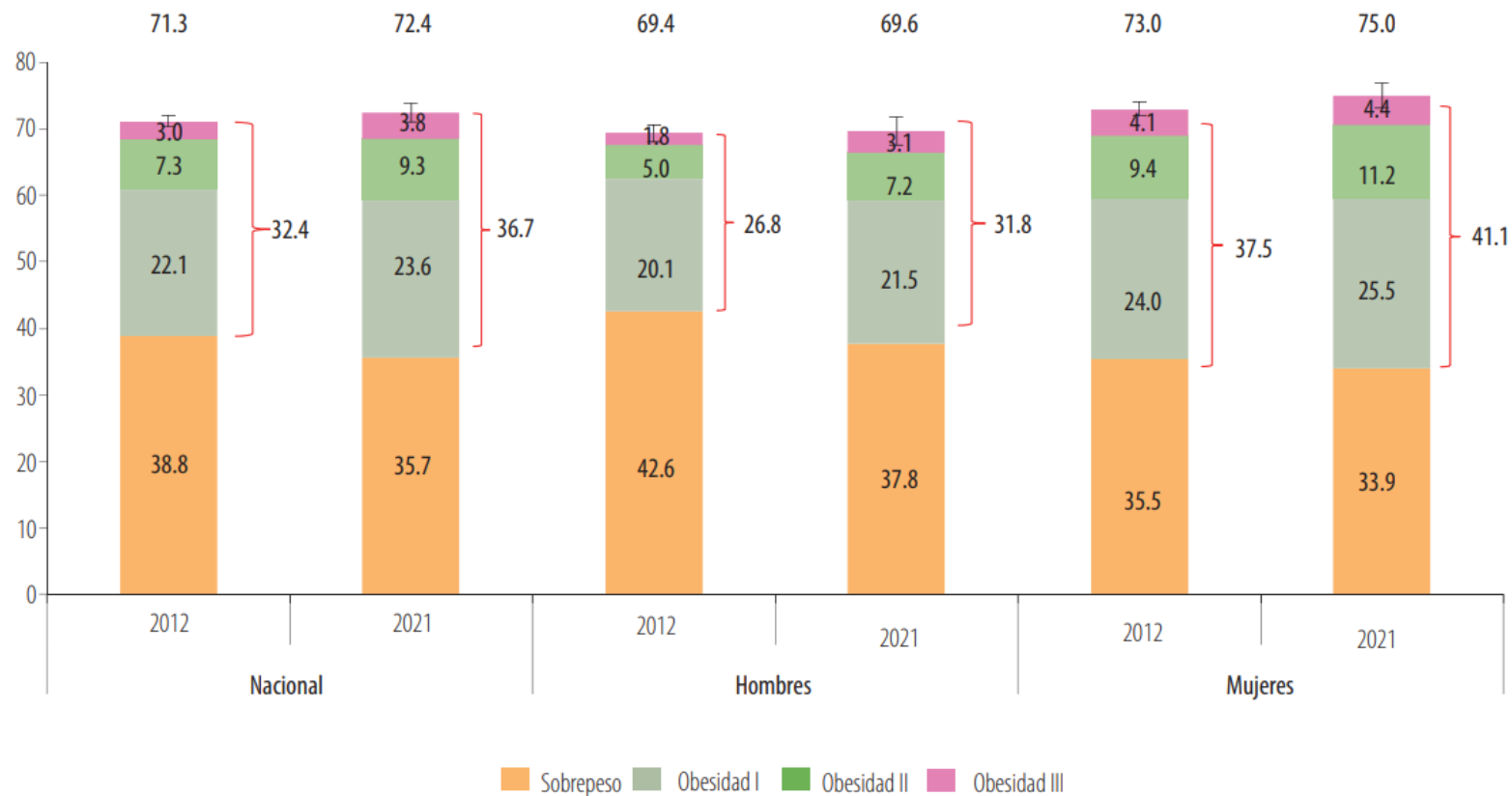
Factores de riesgo para enfermedades crónicas

- **Dietas no saludables**
 - Alimentos procesados y ultraprocesados
 - Sodio, azúcar, grasas y calorías.
 - Baja en frutas y verduras.
- **Sedentarismo o baja actividad física**
- **Uso de tabaco**
- **Consumo de alcohol**

- **Sobrepeso y Obesidad**
- **Presión arterial elevada (hipertensión)**
- **Glucosas elevadas**
- **Colesterol y triglicéridos elevados**



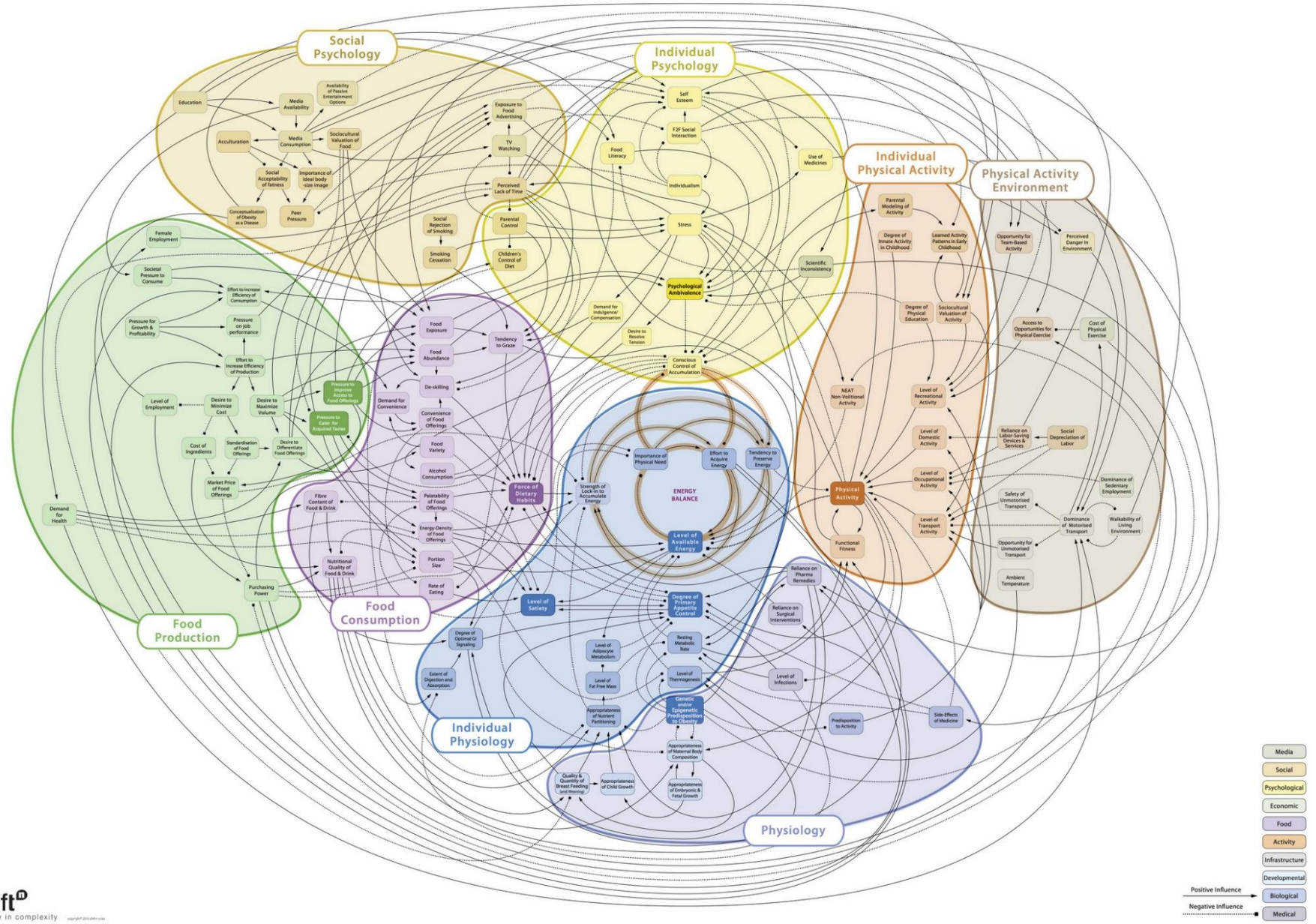
Prevalencia de obesidad en México. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2012-2021.



*Clasificación del índice de masa corporal: normal (de 18.5 a 24.9 kg/m²), sobrepeso (de 25.0 a 29.9 kg/m²), obesidad grado I (de 30.0 a 34.9 kg/m²), obesidad grado II o severa (de 35.0 a 39.9 kg/m²) y obesidad grado III o mórbida (≥ 40.0 kg/m²).

Fuente: Ensanut 2021 sobre Covid-19, México

Mapa del sistema de obesidad

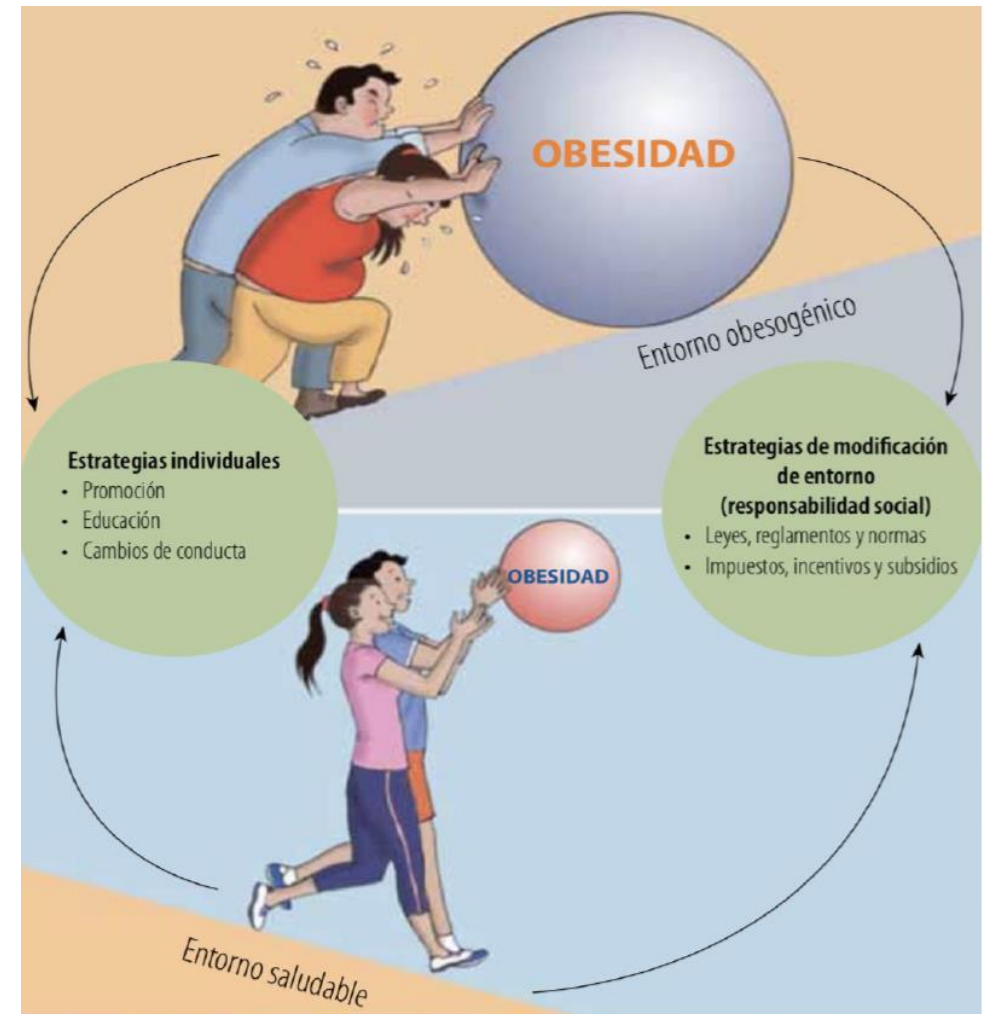


shift[®]
clarity in complexity



Ambiente obesogénico

- **Riesgo de desarrollar alguna enfermedad crónica.**
- **Barrera para mejorar la salud**
- **Principalmente oferta y publicidad de productos procesados y ultraprocesados**



Las y los tenderos

- **Población vulnerable**
- **Alta exposición a ambiente obesogénico**
 - Largas jornadas
 - Trabajadores y familias expuestas
 - Localizadas en poblaciones con bajos recursos

Estudio. Explorar el papel del ambiente alimentario en el desarrollo de enfermedades crónicas en trabajadores de tienditas de abarrotes y sus familias.





EL PODER DEL CONSUMIDOR

Conclusiones

Jorge Vargas-Meza

Ciudad de México · 27 de septiembre · 2022



Conclusiones

- **Enfermedades crónicas (Diabetes) en relación a la antigüedad de tiempo de trabajo en la tiendita**
 - 3 años o más → 14.1%
 - 6 años o más → 22.9%
 - Nacional → 10.4%
- **Largas jornadas de trabajo (12 horas).**
 - Repercute en su salud → menos actividad física y mayor oferta de productos poco saludables.
- **3 de cada 4 encuestados reportaron consumir algún producto de su tienda**
 - Bebidas azucaradas, leche, embuditos, galletas y lácteos como yogures dulces (similar en Hijos o hijas)
 - Exceso de azúcares, grasas saturadas y sodio → desarrollo de enfermedades crónicas



Conclusiones

- **62% de la población encuestada no cuenta con algún servicio de salud,**
 - Alta a la nacional → 54%.²
 - Vulnerables al diagnóstico oportuno de enfermedades crónicas y a sus complicaciones.
- **Reafirma que una mayor y constante exposición a ambientes alimentarios obesogénicos podría estar aumentando el riesgo a desarrollar enfermedades crónicas.**



Recomendaciones

- Ampliar la investigación que nos acerque a conocer las **condiciones alimentarias de las poblaciones más vulnerables**.
- Promover la salud y nutrición en **entornos cautivos como escuelas y centros de trabajo**.
- **Fomentar que los pequeños negocios ofrezcan alimentos saludables**, que incluyan la oferta de frutas, verduras, cereales integrales y leguminosas.
- **Regular la publicidad de alimentos y bebidas industrializadas**, principalmente la dirigida a menores de edad.
- **Aumentar los impuestos** a productos de baja calidad nutrimental y bebidas azucaradas.
- Dar **seguimiento a la implementación del etiquetado frontal de advertencias** establecida en la Norma Oficial Mexicana 051.
- Desarrollar **campañas en medios de comunicación masivos a nivel nacional** para concientizar a la población sobre los factores de riesgo de enfermedades crónicas.
- Fomentar la actividad física a través del transporte activo y estilos de vida.

¡Gracias!

Dr. Jorge Vargas-Meza

Investigador Salud Alimentaria

El Poder del Consumidor

jvargas@elpoderdelconsumidor.org

www.elpoderdelconsumidor.org



EL PODER DEL CONSUMIDOR



por tus derechos, por un consumo responsable
