

ECONOMÍA Y POLÍTICA

Obesidad en México. Un problema de perspectivas

Antonio López-Espinoza*, Alma Gabriela Martínez-Moreno**, Virginia Gabriela Aguilera-Cervantes***

Palabras clave:

Obesidad, educación en nutrición, comportamiento alimentario.

Hablar de obesidad es sin duda un tema que involucra aspectos de salud, economía, estética, convivencia social, normatividad y legislación. Adicionalmente ha sido abordada, discutida, reflexionada, estudiada, teorizada y se han identificado una larga lista de medidas, soluciones, curas y tratamientos para su control. Sin embargo, y a pesar de todos los esfuerzos para controlar y prevenir esta enfermedad, cada día existen más personas con obesidad en el mundo. Ante este escenario se torna necesario buscar una posible explicación sobre los determinantes de esta situación mundial. La evidencia científica ha presentado una gran variedad de elementos que contribuyen en la génesis, expansión y descontrol de la obesidad. Estos elementos van desde factores genéticos, fisiológicos, hormonales, digestivos, psicológicos, sociológicos, políticos, antropológicos, económicos, históricos y por supuesto sin faltar elementos relacionados con: la producción, almacenamiento y distribución de los alimentos. Pareciera entonces que todo lo que hacemos los humanos y lo que dejamos de hacer, está relacionado con el desarrollo de la obesidad.

Si bien la situación en torno a la obesidad es difícil de caracterizar, también se distingue por su alta complejidad al intentar establecer una adecuada demarcación en la responsabilidad que cada elemento contribuyente tiene. Este hecho, invita a reflexionar sobre la multiplicidad de perspectivas que existen para prevenir, tratar y abordar teórica o experimentalmente a la obesidad. Así, es posible afirmar que para hablar de obesidad es necesario conocer y determinar desde que punto de vista se está abordando.

Al hablar de perspectivas, pareciera que todas son novedosas, que todas aportan nueva evidencia para conocer, tratar o prevenir la obesidad, pero sus resultados hasta hoy son poco alentadores. Sin embargo, existe una perspectiva que pareciera olvidada, arrumbada en algún baúl de recuerdos, esto a pesar de que ha demostrado su efectividad durante toda la evolución de la humanidad. Nos referimos a la educación y de manera especial a la educación en alimentación y nutrición. Que mejor evidencia de efectividad que la misma

* Médico, Cirujano y Partero y Doctor en Ciencia del Comportamiento con orientación en Análisis de la Conducta. Profesor Investigador Titular "C" Miembro del SNI, Director del Centro de Investigaciones en Comportamiento Alimentario y Nutrición (CICAN), Coordinador Académico de la Maestría en Ciencia del Comportamiento con orientación en Alimentación y Nutrición en el CUSur de la Universidad de Guadalajara, México.

** Licenciada en Psicología y Doctora en Ciencia del Comportamiento con orientación en Análisis de la Conducta. Profesor Investigador Titular "A", Miembro del SNI. Coordinadora Académica del Doctorado en Ciencia del Comportamiento con orientación en Alimentación y Nutrición y miembro científico del Centro de Investigaciones en Comportamiento Alimentario y Nutrición (CICAN) en el CUSur de la Universidad de Guadalajara, México.

*** Licenciada en Psicología y Doctora en Ciencia del Comportamiento con orientación en Alimentación y Nutrición. Técnico Académico Asociado "B", Miembro del SNI. Responsable de los laboratorios y miembro científico del Centro de Investigaciones en Comportamiento Alimentario y Nutrición (CICAN) en el CUSur de la Universidad de Guadalajara, México. Contacto: Centro de Investigaciones en Comportamiento Alimentario y Nutrición (CICAN), Centro Universitario del Sur, Universidad de Guadalajara. Av. Enrique Arreola Silva 883, Centro, Ciudad Guzmán, Jalisco, México, C.P. 49000. Teléfono: 01 341 575 2222 ext.46127. Correo electrónico: antonio.lopez@cusur.udg.mx; alma.martinez@cusur.udg.mx, virginia.aguilera@cusur.udg.mx

historia evolutiva de la humanidad. Con la evidencia empírica propia del lector, es posible comprobar que cualquier ser humano al nacer no cuenta con patrones de conducta heredados o preestablecidos como en otras especies. Por el contrario, es necesario que ese pequeño, conviva y se relacione con un grupo de personas que lo instruyan, es decir, que sea educado. Así, la humanidad mediante todos los procesos que conforman parte de la educación (aprendizaje, acumulación y transmisión de conocimiento, etc.) pasó de ser una especie con una condición primaria de *presa* a peligroso *predador*. Así también la educación fue elemento principal para pasar de nómada a sedentario, de la tierra al espacio y por supuesto del humano delgado al humano obeso.

En estas líneas el lector podrá advertir que la educación tiene matices particulares, es decir, es innegable que la educación funciona como proceso al establecer y modificar la conducta, sin embargo el gran problema es ¿quién

educa? ¿qué información se transmite durante la educación? entre otras muchas cuestiones. Con ello señalamos un elemento esencial de la educación, su calidad, contenido y método determinan las características del educando. Así pues podemos afirmar que en las últimas décadas la educación se transformó, adquirió nuevas vías de información y producimos lo que hoy es evidente *educación para la obesidad*.

La educación es el proceso más importante de cambio de la conducta, sin embargo, puede ser utilizado con diferentes fines. Esta aseveración no es más que el resultado de evaluar la propia historia de la humanidad. La humanidad ha pasado por momento en los que se establecieron muchos objetivos generales de la educación, así podemos destacar la *educación para la guerra* que fue el caso de naciones enteras en los diferentes eventos bélicos, o *educación para la tecnología* o *educación para la salud* entre otros.



Es evidente que cuando un niño es expuesto a los estímulos ambientales en la realidad actual, está literalmente bombardeado por información que estimula y motiva el consumo, y el consumo indiscriminado de alimentos no es la excepción. Ahora bien, el vínculo entre la educación y el desarrollo de la obesidad es tan evidente que existen datos experimentales que relacionan ambas variables. Dicha información muestra una correlación entre el nivel educativo y el desarrollo de la obesidad, es decir, entre menor es el nivel educativo es mayor el porcentaje de obesidad.

En este sentido, el estado actual de la educación en México, explica en gran porcentaje por qué contamos con la deshonrosa distinción de ser uno de los países con mayor nivel de obesidad. Una de las mayores preocupaciones es la poca atención que en todos los niveles educativos se le da a la educación en alimentación y nutrición. En general la adecuada implementación de programas educativos en alimentación y nutrición está ausente de la mayoría de las escuelas en sus diferentes niveles. A pesar de que recientemente fue modificada la Ley General de Educación en México y de que se incorporó en su artículo 7 en su fracción novena en la que se especifica que uno de los fines de la educación en México es *fomentar la educación en materia de nutrición y estimular la educación física y la práctica del deporte*, esto es letra muerta y no existen programas dedicados a tales fines, mucho menos personal contratado y capacitado para impartir tal conocimiento.

Para finalizar es pertinente cuestionarnos ¿es posible controlar la obesidad? La

respuesta sin duda es sí. En esta diversidad de perspectivas, que van desde la dieta de la luna hasta el uso de impuestos como medida punitiva para controlar el consumo, es necesario recordar que la herramienta más poderosa que tenemos los humanos para transformar nuestra conducta y con ello el devenir de nuestra sociedad es la educación. De manera particular es necesario involucrarnos en diseñar, implementar y mantener programas de educación en alimentación y nutrición en todos los niveles educativos y extenderlos a la población en general. Sin duda la historia demuestra que implementar programas educativos sistemáticos tiene como efecto el cambio social. Además ¿qué podemos perder? seguramente calorías y muchos kilos.

REFERENCIAS

- Devaux, M., Sassi, F., Church, J., Cecchini, M., & Borghoni, F. (2011). Exploring the Relationship Between Education and Obesity. *OECD Journal*, 5(1), 1-40.
- López-Espinoza, A., & Martínez, A. G. (2016). *La educación en alimentación y nutrición*. 1ª ed. México: Editorial Mc Graw Hill Education.
- López-Espinoza, A., Martínez, A. G., & López-Uriarte, P. J. (2014). *México Obeso. Actualidades y Perspectivas*. 1ª ed. México: Ediciones Universidad de Guadalajara.
- Luengo, J. (2004). La educación como hecho. En María del Mar del Pozo, *Teorías e instituciones contemporáneas de educación*. 1ª ed. España: Biblioteca Nueva.
- Martínez, A. G., & López-Espinoza, A. (2009). Evolución de los hábitos alimentarios: de la recolección al supermercado. En Antonio López-Espinoza y Karina Franco Paredes (compiladores). *Comportamiento Alimentario: una aproximación multidisciplinaria*. México: Ediciones Universidad de Guadalajara.