

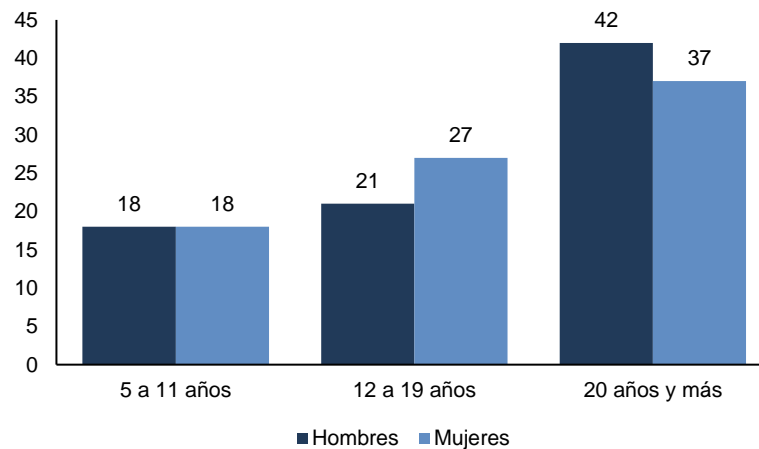
ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA MUNDIAL CONTRA LA OBESIDAD (12 DE NOVIEMBRE)

- En 2018 poco más de una quinta parte (22%) de niñas y niños con menos de 5 años, tiene riesgo de padecer sobrepeso.
- El grupo de edad que reporta la prevalencia más alta de obesidad es el grupo de 30 a 59 años: 35% de los hombres y 46% de las mujeres la padecen.
- En las zonas urbanas el sobrepeso en niñas y niños de 5 a 11 años representa 18%, mientras que en las rurales es de 17 por ciento.

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018 revela que en el país poco más de una quinta parte (22%) de niñas y niños con menos de 5 años, tienen riesgo de padecer sobrepeso.

En 2018, de la población de 5 a 11 años, 18% tiene sobrepeso y va en incremento conforme aumenta la edad; 21% de los hombres de 12 a 19 años y 27% de las mujeres de la misma edad, presentan sobrepeso. En la población de 20 años o más, los hombres (42%) reportan una prevalencia más alta que las mujeres (37 por ciento).

Prevalencia de sobrepeso en la población de 5 años o más por grupos de edad y sexo 2018



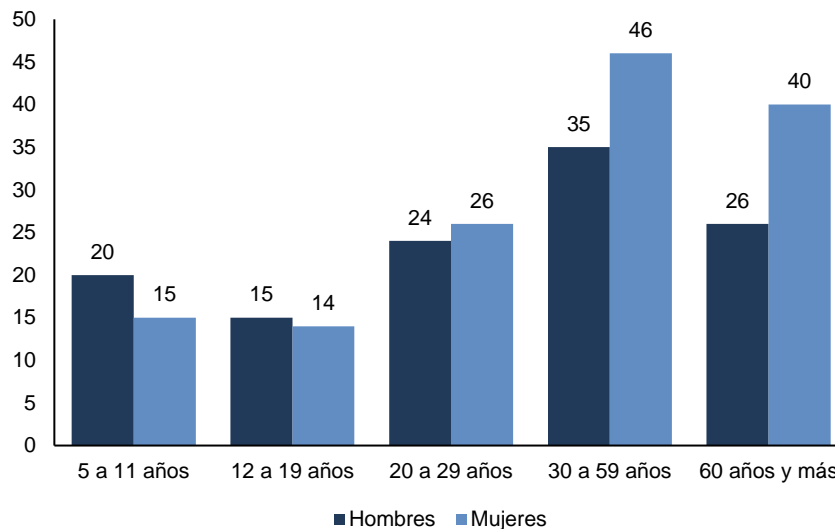
Nota: La prevalencia se refiere a la población con sobrepeso entre la población total de cada grupo de edad multiplicada por cien.

Fuente: INEGI/INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018.

La prevalencia de obesidad en niños de 5 a 11 años (20%) es mayor a la del grupo de hombres de 12 a 19 años (15%); en las mujeres de ambas edades se observa la misma tendencia, aunque con una menor brecha (un punto porcentual).

En el grupo de mujeres de 20 a 29 años, la prevalencia de obesidad es de 26% y aumenta a 46% en el grupo de 30 a 59 años; en los hombres se observa un aumento menos pronunciado al pasar de 24 a 35 por ciento. Los adultos mayores tienen otra dinámica: las mujeres presentan una prevalencia de obesidad más alta (40%) con respecto a los hombres; la diferencia es de 14 puntos porcentuales.

Prevalencia de obesidad en la población de 5 años o más por sexo y grupos de edad 2018



Nota: La prevalencia se refiere a la población con obesidad entre la población total de cada grupo de edad, multiplicada por cien.
Fuente: INEGI/INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018.

Se anexa Nota técnica

Para consultas de medios y periodistas, contactar a: comunicacionsocial@inegi.org.mx o llamar al teléfono (55) 52-78-10-00, exts. 1134, 1260 y 1241.

Dirección de Atención a Medios / Dirección General Adjunta de Comunicación





NOTA TÉCNICA

ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA MUNDIAL CONTRA LA OBESIDAD

El 12 de noviembre de cada año se celebra el “Día Mundial contra la Obesidad”, efeméride instituida por la Organización Mundial de la Salud (OMS), cuyo objetivo es informar y sensibilizar a la población sobre la necesidad de adoptar medidas para prevenir y tratar el sobrepeso y la obesidad.

México es uno de los países preocupados por conocer el estado de salud y las condiciones nutricionales de su población, por tal motivo, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), presenta indicadores que abordan el problema de sobrepeso y obesidad por grupos de edad y sexo. La fuente utilizada para estimar los indicadores presentados es la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018 (ENSANUT) que se levantó durante el año 2018.

Riesgo de sobrepeso en la población con menos de 5 años

La salud en la primera infancia, periodo de la vida que ocurre antes de los 5 años de edad, es de prioridad para los gobiernos del mundo. Su relevancia queda de manifiesto al incluir el Desarrollo Infantil Temprano dentro de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, la cual establece que los niños deben tener todas las condiciones necesarias para alcanzar su máximo nivel de desarrollo (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI] e Instituto Nacional de Salud Pública [INSP], 2019).

El desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los niños en sus primeros años de vida, se asocia en gran medida con la alimentación que reciben, en particular se considera que la lactancia materna es un factor protector de enfermedades y además disminuyen el riesgo del sobrepeso. Se ha comprobado que la duración prolongada de la lactancia materna se asocia con una reducción de 13% de las probabilidades de prevalencia de sobrepeso u obesidad (Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS], 2016).

También la ingesta de una alimentación complementaria adecuada a partir de los seis meses de edad, evitar en los primeros años de vida el consumo de bebidas azucaradas y alimentos con alto contenido de azúcar y sodio, reduce la prevalencia de riesgo al sobrepeso (Rivera, et. al, 2015.).

La ENSANUT 2018 reporta que en el país poco más de una quinta parte (22%) de niñas y niños con menos de 5 años, tiene riesgo de padecer sobrepeso.

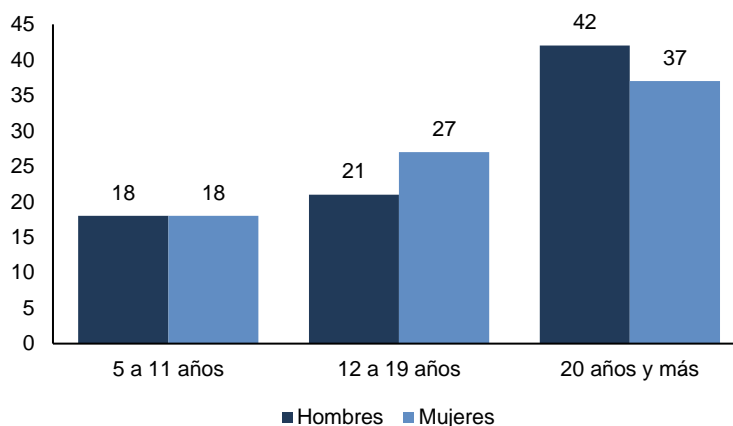
Sobrepeso y obesidad en población de 5 años o más de edad

El sobrepeso y la obesidad son considerados un problema de salud pública relacionado principalmente con aspectos genéticos, pero en especial con el estilo de vida. Se ha documentado que la ingesta de alimentos de alta densidad energética, bebidas azucaradas y la inactividad física tiene una relación directa con el sobrepeso y la obesidad.

Investigaciones en escuelas del país, revelan la elevada disponibilidad de alimentos procesados, fritos y con azúcares adicionales, así como, la oportunidad de comer durante el periodo escolar, generando consumos por arriba del promedio recomendado y en periodos cortos de tiempo (Rivera, et. al, 2015.).

Datos de la ENSANUT 2018 indican que el sobrepeso en la población de 5 a 11 años no muestra diferencias por sexo (18%), y se incrementa conforme aumenta la edad; 21% en los hombres de 12 a 19 años y 27% de las mujeres de la misma edad, presentan sobrepeso. En la población de 20 años o más, los hombres (42%) reportan una prevalencia más alta que las mujeres (37 por ciento).

Prevalencia de sobrepeso en la población de 5 años o más por grupos de edad y sexo 2018



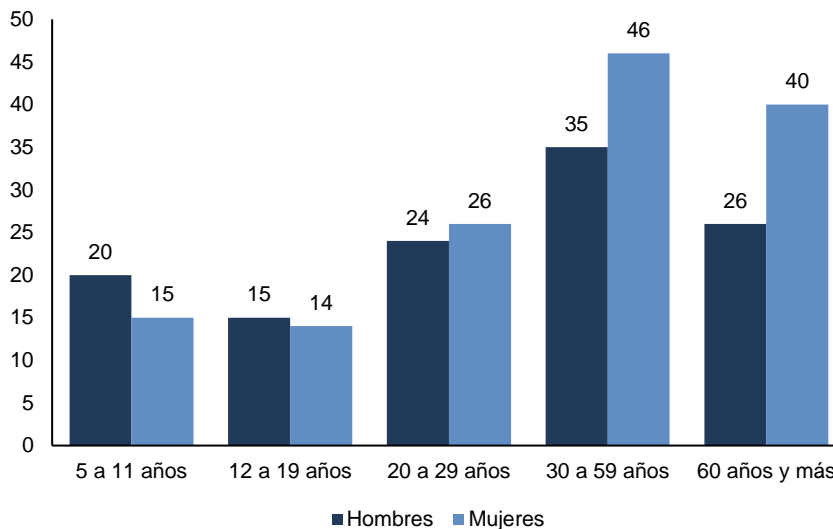
Nota: La prevalencia se refiere a la población con sobrepeso entre la población total, de cada grupo de edad, multiplicada por cien.
Fuente: INEGI/INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018.

La obesidad es un tema emergente de salud pública, la OMS señala que la acumulación excesiva de grasa puede ser perjudicial para la salud, poniendo a las personas en riesgo de tener enfermedades crónicas, entre las que se incluyen la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer (OMS, s.f.).

De acuerdo con datos de la ENSANUT 2018, la prevalencia de obesidad en niños de 5 a 11 años (20%) es mayor a la del grupo de hombres de 12 a 19 años (15 por ciento); en las mujeres de ambos grupos de edad se observa la misma tendencia, aunque con una menor brecha (un punto porcentual).

En el grupo de mujeres de 20 a 29 años la prevalencia de obesidad representa 26% y aumenta a 46% para el grupo de 30 a 59 años; en los hombres, se observa un aumento menos pronunciado al pasar de 24 a 35 por ciento. En el grupo de personas adultas mayores, las mujeres presentan una prevalencia de obesidad mayor (40%) con respecto a los hombres (26%); la diferencia es de 14 puntos porcentuales.

Prevalencia de obesidad en la población de 5 años o más por sexo y grupos de edad 2018



Nota: La prevalencia se refiere a la población con obesidad entre la población total de cada grupo de edad, multiplicada por cien.
Fuente: INEGI/INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018.

Sobrepeso y obesidad por tipo de localidad y región

México está inmerso en un proceso en el cual la población experimenta un aumento de sobrepeso y obesidad que afecta en mayor medida a la población que reside en zonas urbanas. De acuerdo con los especialistas, el país se encuentra en una etapa intermedia de la denominada transición alimentaria, asumiendo que en etapas avanzadas la obesidad se presenta en los grupos más pobres (Rivera, et. al, 2015).

De acuerdo con la ENSANUT 2018, en las zonas urbanas el sobrepeso en la población de 5 a 11 años representa 18%; mientras que en las rurales es de 17 por ciento. Para el grupo de 12 a 19 años, la prevalencia de sobrepeso también es más alta en localidades urbanas, la diferencia es de cuatro puntos porcentuales. Lo mismo sucede con la prevalencia de obesidad, las diferencias más amplias se ubican en la población de 5 a 11 años y en la de 20 años o más, con ocho y cinco puntos porcentuales, respectivamente.



Prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población de 20 años o más por tipo de localidad y grupos de edad 2018

Tipo de localidad y grupo de edad	Sobrepeso	Obesidad
Urbano		
5 a 11	18	20
12 a 19	25	15
20 y más	39	37
Rural		
5 a 11	17	12
12 a 19	21	14
20 y más	38	32

Nota: La prevalencia se refiere a la población con sobrepeso entre la población total de cada grupo de edad y tipo de localidad, multiplicada por cien.

Lo mismo sucede con la prevalencia de obesidad.

Fuente: INEGI/INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018.

En México la población infantil de 5 a 11 años registra una prevalencia de sobrepeso mayor en la región norte del país (20%); mientras que en la Ciudad de México (Zona Metropolitana del Valle de México, conformada por la Ciudad de México más municipios conurbados del estado de México) se ubican las prevalencias más altas para los grupos de 12 a 19 años (32%) y 20 años o más (41 por ciento).

En cuanto a la prevalencia de obesidad, la Ciudad de México reporta la prevalencia más alta para la población infantil de 5 a 11 años (28 por ciento); mientras que para la población de 12 a 19 años (17%) y 20 años o más (42%), es en la región norte, donde se observan las prevalencias más altas.



Prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población de 5 años o más por tipo de región y grupo de edad 2018

Regiones y grupos de edad	Sobrepeso	Obesidad
Estados Unidos Mexicanos		
5 a 11 años	18	18
12 a 19 años	24	15
20 años y más	39	36
Región Norte		
5 a 11 años	20	19
12 a 19 años	23	17
20 años y más	36	42
Región Centro		
5 a 11 años	18	16
12 a 19 años	23	14
20 años y más	40	33
Ciudad de México		
5 a 11 años	17	28
12 a 19 años	32	14
20 años y más	41	35
Región Sur		
5 a 11 años	17	14
12 a 19 años	21	15
20 años y más	39	36

Nota 1: La prevalencia se refiere a la población con sobrepeso entre la población total de cada grupo de edad, multiplicado por cien para cada región. Lo mismo sucede con la prevalencia de obesidad.

Nota 2: Las regiones se componen de las siguientes entidades federativas. Región Norte (Baja California, Baja California Sur, Coahuila, Chihuahua, Durango, Nuevo León, Sonora, Tamaulipas); Región Centro (Aguascalientes, Colima, Guanajuato, Jalisco, Michoacán, Nayarit, Querétaro, Morelos, resto del Estado de México, San Luis Potosí, Sinaloa, Zacatecas); Ciudad de México (Zona Metropolitana del Valle de México, conformada por la Ciudad de México más municipios conurbados del Estado de México) y Región Sur (Campeche, Hidalgo, Chiapas, Guerrero, Oaxaca, Puebla, Tlaxcala, Quintana Roo, Tabasco, Veracruz, Yucatán).

Fuente: INEGI/INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018.

Obesidad a nivel municipal

Un análisis por municipio indica que la mayor prevalencia de obesidad se presenta en la zona norte y costera del país, incluyendo la península de Yucatán. En contraste, destacan niveles bajos de obesidad en zonas como la Sierra del Nayarit, la Sierra Tarahumara (tanto en su parte alta y baja), así como en algunos municipios de los estados de Oaxaca, Chiapas, Hidalgo y San Luis Potosí.

Prevalencia de obesidad en la población de 20 años y más por municipio 2018



Fuente: INEGI. Cálculos por técnicas de Estimación para Áreas pequeñas, con base a la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018.

Referencias

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2020). *Prevalencia de Obesidad, Hipertensión y Diabetes para los Municipios de México 2018. Estimación para Áreas Pequeñas*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/investigacion/pohd/2018/doc/a_peg_2018_nota_me_t.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía e Instituto Nacional de Salud Pública (2019). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018. Diseño conceptual*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/ensanut/2018/doc/ensanut_2018_diseño_conceptual.pdf
- Organización Mundial de Salud (s.f.). *Obesidad*. <https://www.who.int/topics/obesity/es/>
- Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de Salud (2016). *La lactancia materna en el siglo XX*. <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2016/LactanciaMaternaEnSigloXXI-April15.pdf>
- Rivera, J., Hernández, M., Aguilar, C., Vadillo, F. y Murayama C. (2015). *Obesidad en México: recomendaciones para una política de Estado*. Universidad Nacional Autónoma de México. Instituto Nacional de Salud Pública.