



**La obesidad y la diabetes mellitus en México.
¿Movilizar al ciudadano?**

Dr. Carlos A. Aguilar Salinas

**Unidad de Investigación de Enfermedades Metabólicas. Departamento de
Endocrinología y Metabolismo. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y
Nutrición “Salvador Zubirán”**

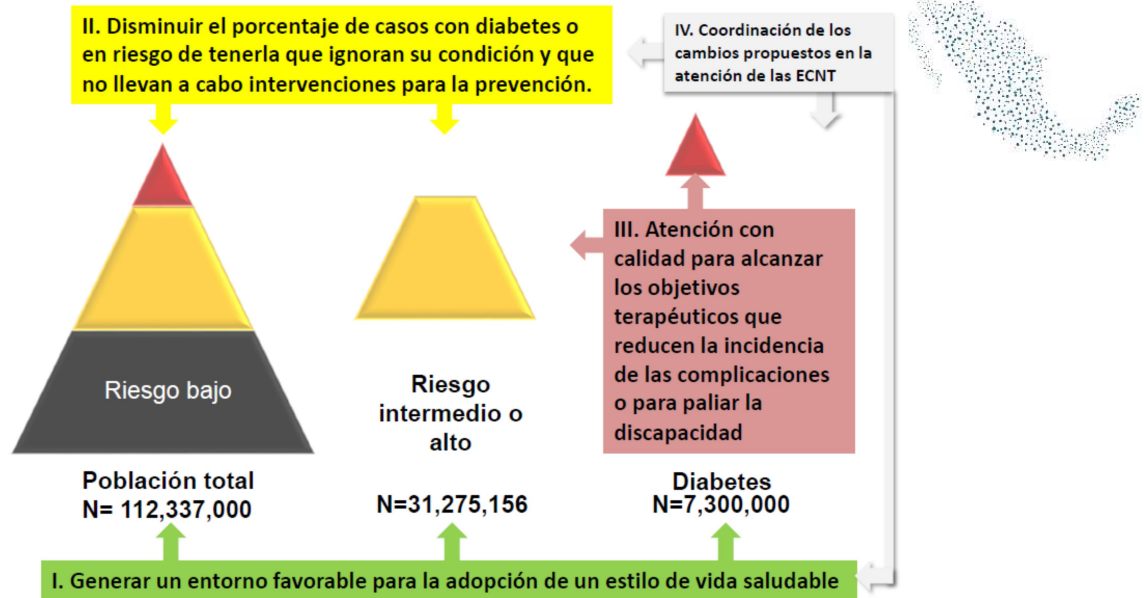
La epidemia de obesidad y diabetes es un fenómeno complejo que tiene sus raíces en las modificaciones del comportamiento de un alto porcentaje de la población y en factores genéticos. Pese a múltiples esfuerzos, el número de casos afectados continúa en crecimiento. Una intervención aislada es improbable que pueda modificar la incidencia o la historia natural del padecimiento. Cada país debe implementar su propia estrategia, diseñada de experiencias internacionales, pero con la flexibilidad para aplicarla en todos los estratos de la población. Las estrategias requeridas son complejas y costosas. Implica un conjunto de acciones transversales que involucran a toda la sociedad. Se requiere la existencia de un ambiente que permita tanto la movilidad usando medios distintos al automóvil como la disponibilidad de alimentos saludables. El sistema de distribución y venta de alimentos debe facilitar el acceso a frutas y verduras, además de desalentar el uso de alimentos procesados o con alta densidad calórica. El ciudadano tiene el derecho a tener acceso a un sistema de salud eficiente, capaz de prevenir o paliar las complicaciones crónicas de la enfermedad. En el punto intermedio de esta gama de acciones se encuentra la decisión de los individuos y de la sociedad civil para hacerse cargo de su salud. La implementación de las intervenciones requiere de liderazgos y el empoderamiento de los individuos para adoptar cambios perdurables en su estilo de vida.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, el escenario ideal para la lucha contra la obesidad y sus comorbilidades incluye el liderazgo a cargo de los gobiernos, quienes encabezan una alianza con el sector privado para anteponer a la salud en todas las políticas. Es necesario contar con una planeación estratégica, una gobernanza eficaz y de liderazgos convencidos de que la meta a alcanzar es el bien común. Sin embargo, este fenómeno no ocurre con frecuencia. La alternativa es la toma del liderazgo por la sociedad civil en los ámbitos de su competencia dando el ejemplo que los cambios son factibles. La sociedad pone a la obesidad y la diabetes en la lista de los problemas nacionales prioritarios y demanda la toma de acciones por las autoridades. La legislación debe ser puesta en práctica o adaptada para revertir los cambios sociales o económicos que favorecieron la ganancia ponderal de la población.

Las instituciones académicas deben aportar la experiencia y el conocimiento para el diseño de las estrategias. Ejemplo de ello, son los documentos de postura de la Academia Nacional de Medicina publicados en el último quinquenio en que se proponen acciones contra la obesidad y la diabetes, sustentadas con soporte bibliográfico (1,2). La figura muestra los objetivos intermedios de las acciones propuestas para mitigar el impacto de la diabetes tipo 2. Se incluyeron iniciativas que podrían ser aplicadas a nivel federal, estatal o local. La responsabilidad de la implementación no se limita a los gobiernos y a los sistemas nacionales de salud; se identifican las áreas donde el sector privado, los académicos y organizaciones no gubernamentales deben asumir su papel.

El proceso de implementación tiene una complejidad alta; se requiere de una acción coordinada y consensada por múltiples sectores. Se requiere el convencimiento y compromiso de las autoridades, la constitución de un comité multisectorial al más alto nivel y la operación de un centro coordinador que funja como motor de las acciones. Para que ello ocurra, la participación continua de la sociedad civil es indispensable. El público debe tener acceso a los resultados de las acciones patrocinadas con fondos públicos.

En suma, más allá de la decisión de las autoridades del país, se encuentra la responsabilidad de cada individuo para hacerse cargo de su autocuidado. Las acciones contra la obesidad y la diabetes pueden ser encabezadas por pacientes, organizaciones no gubernamentales, académicos y el sector privado. La respuesta a la obesidad y la diabetes se encuentra en manos de todos.



Lecturas recomendadas

1. Rivera Dommarco J., Hernández Ávila M., Aguilar Salinas C., Vadillo Ortega F., Murayama Rendón C., et al. "Obesidad en México: Recomendaciones para una política de Estado". México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2012. ISBN: 978-607-02-3861-1.
2. Aguilar Salinas CA, Hernández Jiménez S, Hernández Ávila M, Hernández Ávila JE. Acciones para enfrentar a la diabetes. Documento de postura de la Academia Nacional de Medicina. Editorial Intersistemas. 2016. ISBN: 978-607-443-501-6