

# Obesidad, diabetes e hipertensión: el coctel mortal de México frente al coronavirus

[P piedepagina.mx/obesidad-diabetes-e-hipertension-el-coctel-mortal-de-mexico-frente-al-coronavirus](http://piedepagina.mx/obesidad-diabetes-e-hipertension-el-coctel-mortal-de-mexico-frente-al-coronavirus)

14 de noviembre de  
2020



**Más de 75 por ciento de la población adulta en el país tenía sobrepeso u obesidad cuando llegó la pandemia de covid-19, que ha provocado, hasta ahora más de 97 mil muertes en México**

Texto: Daniela Pastrana

Foto: Duilio Rodríguez

El coronavirus que ha provocado la muerte de más de un millón 300 mil personas en el planeta encontró en México un campo fértil: en enero de este año, 3 de cada 4 mexicanos adultos tenían sobrepeso y obesidad.

Sólo el índice de personas con obesidad, que es el paso que le sigue al sobrepeso, aumentó 4 puntos porcentuales entre 2012 y 2018, revela la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-2019, elaborada entre el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) y el

Instituto Nacional de Salud Pública (INSP). El mayor impacto está entre las mujeres de zonas rurales.

“En México, 3 de 4 personas en el país tienen exceso de peso, y esto va a tener consecuencias metabólicas, como lo estamos viendo con la pandemia de covid, en la que el exceso de peso es un factor muy importante para complicaciones”, dijo Tonatouh Barrientos, director del Centro de Investigación en Salud Poblacional del INSP, durante la presentación de la encuesta.

De acuerdo con la encuesta, otras dos enfermedades que provocan daño metabólico aumentaron en ese período: la diabetes mellitus y la hipertensión arterial. La primera pasó de 9.2 a 10.3 por ciento de la población adulta, y la segunda, de 16.6 a 18.4.

Esas tres enfermedades, que crecieron silenciosamente en México desde hace dos décadas, completan un coctel mortal en la pandemia de covid-19.

## **Obesidad y covid**

---

Uno de los estudios más amplios que se han hecho sobre las causas de la mortalidad de covid-19, publicado en julio en la revista Lancet, con base en la información disponible hasta mayo en los 50 países más afectados por la pandemia de covid-19 muestra que la prevalencia de la obesidad es una de las «variables significativamente asociadas» con la mortalidad por cada millón de habitante (mucho más que la prevalencia del tabaquismo, sorpresivamente).

Contrario a lo que se pensaba, medidas como el cierre de fronteras no tuvo impacto en la baja de mortalidad, como si lo tuvo, por ejemplo, la menor cantidad de enfermeras en el sistema de salud.

Además, las variables socioeconómicas fueron asociadas con un mayor número de casos críticos

## **Diabetes y la falta de atención**

---

Uno de cada 11 adultos en el mundo tiene diabetes, pero uno de cada dos no lo sabe. México es el sexto país con más adultos que padecen diabetes, según la Federación Internacional de Diabetes, que junto con la Organización Mundial de la Salud (OMS) estableció, el 14 de noviembre de 1991, el Día Mundial de la Diabetes, con el objetivo crear conciencia sobre la enfermedad y el impacto que tiene en la salud

La diabetes es una enfermedad crónica que se origina porque el páncreas no sintetiza la cantidad de insulina que el cuerpo humano necesita. La insulina es una hormona cuya función principal es mantener los niveles adecuados de glucosa en sangre para su transportación a las células, en donde se transforma en energía.

Cuando una persona tiene diabetes hay un exceso de glucosa en sangre (hiperglucemia), ya que no se distribuye de la forma adecuada.

Hay varios tipos de diabetes. La más común es la “tipo 1”, en la que los factores de riesgo aparecen repentinamente y la persona tiene que recibir insulina para vivir. En la “tipo 2”, los factores de riesgo son el sobrepeso, la inactividad física, genética y edad avanzada; ésta puede estar sin ser diagnosticada por mucho tiempo, y se puede controlar con un cambio positivo de hábitos.

El problema, justamente, es la falta de atención. Un dato de la encuesta dimensiona el problema: la población de 20 años o más que reportó tener un diagnóstico previo de diabetes fue de 8.5 millones de personas. De ellas, 13 por ciento no recibe ningún tipo de tratamiento. Y de las que sí están tratadas, una de cada 10 recibe insulina y 7 solo pastillas.

En los 12 meses previos a la encuesta, 19.9 por ciento de las personas diagnosticadas con diabetes tuvo un estudio de hemoglobina glucosilada y 13.3 de microalbuminuria. El principal estudio preventivo fue la revisión de pies, que tuvo la cuarta parte de las personas con diagnóstico de diabetes.