



4
DE MARZO

“DÍA MUNDIAL DE LA OBESIDAD”

Para mantener un peso saludable, reduce el consumo de “Productos de paquete”, comidas rápidas, gaseosas y bebidas azucaradas.



Día Mundial de la Obesidad

Se define al sobrepeso y la obesidad como el aumento del peso corporal a expensas del incremento del tejido adiposo, es decir, una acumulación anormal y/o excesiva de grasa. (OMS, 2021) El sobrepeso y obesidad trae múltiples consecuencias y se considera

un factor de riesgo de enfermedades no transmisibles, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, trastornos del aparato locomotor y algunos cánceres como el de endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, vesícula biliar, riñones y colon. Adicionalmente, se presenta mayor probabilidad de tener una muerte prematura y discapacidad en la edad adulta. Además de estos posibles riesgos en un futuro, en la niñez se sufre dificultades respiratorias, mayor riesgo de fracturas y se evidencia marcadores tempranos de enfermedades cardiovasculares, resistencia a la insulina y a nivel psicológico se puede presentar trastornos de la alimentación. (OMS, 2021)

El día 4 de marzo de cada año se celebra el día mundial de esta enfermedad que aqueja o todo tipo de población en todas las edades y en todos los grupos sociales sin discriminación. Esta iniciativa fue convocada por la federación Mundial de Obesidad y la Organización Mundial de la Salud (OMS), teniendo en cuenta que es una problemática que se hace cada vez más visibles y se ha convertido en prioridad en salud pública por su incremento en la prevalencia a nivel mundial. (FAO, 2022).

El propósito de esta iniciativa es aumentar la conciencia entre la ciudadanía frente a esta enfermedad, fomentar la promoción y prevención, mejorar las políticas de los gobiernos frente a ella y compartir experiencias para afrontarla.

Teniendo en cuenta lo antes mencionado, el programa de Soberanía y Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Gobernación de Nariño mantiene una línea de base y busca generar información oportuna que oriente las acciones y la toma de decisiones en salud pública enfocada en la seguridad alimentaria que presenten este tipo de malnutrición por exceso o que estén en riesgo. Por tanto, mantiene la vigilancia en salud pública generando documentación epidemiológica en el 2022 denominado “Informe sobre el Sobrepeso y obesidad en menores de 5 años en el Departamento de Nariño”, el cual permitió ver de manera clara la situación actual de este tipo de afecciones que afectan la seguridad alimentaria de esta población.

Bibliografía

1. OMS. (9 de junio de 2021). *https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight*. Obtenido de Sobrepeso Y Obesidad: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. FAO. (2022). *Estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo*. Obtenido de <https://www.fao.org/3/cc0640es/cc0640es.pdf>.

