

El mapa global de la obesidad

- El número de obesos en el mundo se ha duplicado en tres décadas
- Estados Unidos es el país rico con más prevalencia de esta enfermedad

Isabel F. Lantigua | Madrid. 04/02/2011. elmundo.es

La Organización Mundial de la Salud (OMS) lo viene alertando desde hace tiempo. Cuando decidió calificar [la obesidad](#) como **la pandemia del siglo XXI** no fue por capricho, sino porque veía signos claros de que esta enfermedad iba en aumento. Ahora, por primera vez, un amplio estudio realizado en 199 países confirma, con cifras globales, esta tendencia al alza.

En tres décadas -entre 1980 y 2008- la prevalencia de la obesidad se ha duplicado en el mundo y, en la actualidad, **más de una de cada 10 personas la padece**. En total, 502 millones de ciudadanos en el planeta (205 millones de hombres y 297 millones de mujeres) son obesos.

Aunque existen importantes diferencias entre países, el trabajo -realizado por expertos del Imperial College de Londres (Reino Unido) y de la Facultad de Salud Pública de la Universidad de Harvard (Estados Unidos) y publicado en la revista médica '[The Lancet](#)'-, saca una conclusión: "La obesidad, al igual que el colesterol o la hipertensión, ya no son únicamente problemas de Occidente o de las naciones ricas. Ahora, estos trastornos están presentes también en los países de medianos y bajos ingresos. Se trata de **una amenaza global** para la salud pública", afirma Majid Ezzati, profesor en Harvard y uno de los firmantes de la investigación.

Para calcular la obesidad en el mundo los autores utilizaron el Índice de Masa Corporal (IMC) (vea la tabla). Las guías internacionales señalan que un valor superior a 25 indica sobrepeso y mayor de 30, obesidad. Y, como refleja el trabajo, muchos países superan la primera cifra, entre ellos España, que en 2008 tenía un IMC de 27,5 para los varones y de 26,3 para las féminas, por encima de la media mundial, que sitúa este índice en 23,8 para ellos y 24,1 para ellas.

La situación no pinta bien para España, pero el panorama de la obesidad es aún más desolador para otros países, sobre todo, para EEUU. Entre las naciones ricas, **EEUU tiene el mayor IMC para ambos sexos (28)**. Le sigue en este ranking de exceso de kilos Nueva Zelanda, mientras que en el lado opuesto, **Japón es el país con menor IMC** (22 para mujeres y 24 para hombres), seguido de Singapur. En cuanto a los sitios donde este indicador ha crecido más rápido, en el caso de las mujeres se encuentran EEUU y Nueva Zelanda, junto con Australia y en el caso de los hombres, el Reino Unido y Australia.

El ejemplo de Italia

En Europa, son las mujeres turcas y los varones checos quienes más sobrepeso y obesidad sufren, frente a las féminas suizas y los hombres franceses, que son los más delgados. Pero el país europeo de ingresos altos que mejor está haciendo las cosas para reducir esta enfermedad es Italia, único lugar de esta zona en donde el IMC entre las

mujeres ha descendido durante el periodo estudiado y uno de los países, junto con Suiza, donde menos ha crecido el índice entre los hombres.

En todo el mundo, **el sitio de la tierra con más obesos es la República de Nauru**, donde el índice de masa corporal de su población es de 33,9. En el otro extremo de la balanza están los países del África subsahariana.

Los investigadores recuerdan que "el exceso de peso es un importante factor de riesgo para desarrollar enfermedades cardiovasculares, diabetes y algunos tipos de cáncer y se considera a la obesidad responsable de tres millones de muertes anuales en el mundo".

Por eso, "este mapa global supone una **oportunidad única para crear políticas orientadas a cada país** que fomenten dietas saludables y reduzcan la ingesta de sal. Este problema de salud debe ser una de los temas principales que se traten en el próximo encuentro de la Asamblea General de Naciones Unidas sobre enfermedades no transmisibles, que se celebrará en septiembre", dice el profesor Ezzati.

Otros factores de riesgo

Además de la obesidad, el estudio ha medido también la evolución del colesterol y la hipertensión. Paradójicamente, la incidencia de estos problemas se ha reducido, especialmente en los países ricos, donde los fármacos como las estatinas para el colesterol han contribuido a mantenerlos a raya.

No obstante, pese a esta mejoría, el crecimiento de la población y el aumento de la esperanza de vida hacen que la cifra de personas que tienen hipertensión y no se controlan ha pasado de 600 millones en 1980 a casi 1.000 millones en 2008. Este trastorno es mayor en los países Bálticos y del este y occidente de África. Entre las áreas ricas, **Portugal, Finlandia y Noruega son los que muestran peores niveles de hipertensión**. En cuanto al colesterol, Islandia, Andorra y Alemania son los que salen peor parados.

"Todos sabemos que los cambios en la dieta y realizar ejercicio físico son medidas efectivas para bajar de peso, pero a la vista de estos resultados es evidente que necesitamos descubrir nuevas estrategias que ayuden a combatir el problema en el mundo y, por extensión, el colesterol y la hipertensión", reconoce el doctor Gretchen Stevens, de la Organización Mundial de la Salud.