

Desnutrición y Problemas de Alimentación

DESNUTRICIÓN

La desnutrición es responsable de millones de muertes, especialmente en los niños, debido a las deficiencias de nutrimentos en la alimentación y a la presencia de infecciones agudas, lo cual crea un círculo de enfermedad – infección.

Esta mala nutrición por deficiencia se manifiesta durante la niñez y la vida adulta como retardo o limitaciones en el crecimiento físico e intelectual, así como en un débil sistema inmunitario.

NIÑOS

La mortalidad infantil se ha disminuido en más de 50% en México, gracias al Seguro Popular, los niños tienen un seguro que cubre el 100% de los servicios médicos, un 95% de las acciones hospitalarias, medicamentos, consultas y tratamientos.

En la actualidad se estima que el 2.8% de los niños menores de 5 años presentan bajo peso, 13.6% baja talla y 1.6% presenta desnutrición aguda en todo el país, por regiones el sur presentó mayoría en baja talla (19.2%) en las zonas rurales (27.5%) y la zona norte la más baja.

La desnutrición en las poblaciones indígenas disminuyó. El bajo peso disminuyó en los últimos 12 años al pasar de 10.8% a 2.8% en la ENSANUT2012.

ADOLECENTES

Estos establecen patrones de comportamiento que por descuido adquieren y no son favorables para la salud, se observaron la aparición de trastornos como la obesidad, hipertensión y diabetes, que requieren atención.

Desnutrición y Problemas de Alimentación

ADULTOS

La edad promedio fue de 42 años, para los hombres 41.8 años y 42.1 para las mujeres.

El tamaño y características del grupo de adultos es resultado de la transición demográfica y epidemiológica donde se observa incremento en la edad poblacional, resultado del control de las enfermedades infecciosas y disminución de la fertilidad, lo que influye con más frecuencia en la aparición de las enfermedades crónicas y la necesidad de medidas preventivas y de rehabilitación.

ADULTOS MAYORES

Se observa que se requiere de un nuevo modelo de atención, en la ENSANUT2012 los adultos de 60 años o más constituyen el 9.2% de la población total del país, predominio de población femenina sobre la masculina, baja escolaridad, residencia de predominio urbano, más de la mitad viven en pareja.

El deterioro sensorial es limitante de la capacidad funcional, 9.5% presentan deterioro auditivo, 11.5% visual y 3.7% ambos.

Desnutrición y Problemas de Alimentación

SOBREPESO Y OBESIDAD

NIÑOS

En menores de 5 años, registró incremento al pasar de 7.8% a 9.7% entre 1988 y 2012.

La zona norte es la más afectada con (12%), después la zona centro (9.9%), la menor se observó en la Ciudad de México con (6.9%), en todos los casos la prevalencia fue mayor a la observada en 2006.

La prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad para los escolares (5 a 11 años) fue de 34.4%, para las niñas de 32% y para los niños de 36.9% inferiores a lo observado en 2006.

La deficiencia de vitamina A constituye un problema de salud pública a nivel mundial. En México, desde 1993 comenzó un programa de suplementación oral con mega dosis de

50 000 UI de vitamina A dirigida a niños de 6 meses a 4 años.

ADOLECENTES

Los resultados de la ENSANUT2012 revelan que de cada 5 adolescentes, más de uno presenta sobrepeso y uno de cada 10 tiene obesidad, 35.8% MUJERES Y 34.1% HOMBRES. Durante casi un cuarto de siglo de las encuestas de nutrición, el sobrepeso de los adolescentes ha crecido casi tres veces.

Desnutrición y Problemas de Alimentación

ADULTOS

La prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad fue mayor para las mujeres (73%) que para los hombres (69.4%) de 20 años y más, mientras que la prevalencia de obesidad fue mayor para las mujeres (37.5%) que para los hombres (26.8%). En el caso de sobrepeso, fue más alto en el sexo masculino que en el femenino.

Por regiones, el norte registró la más baja en sobrepeso, mientras que en obesidad fue el norte quien tuvo la más alta prevalencia. La obesidad es mayor en las mujeres en la edad de 50 a 59 años y los hombres en la edad de 40 a 49 años. Por otro lado la prevalencia nacional de obesidad abdominal en adultos fue de 73.9%, para los hombres fue de 64.5% y 82.8% en la mujeres.

ANEMIA

Se ha conocido que la anemia es un problema de salud pública, debido al efecto que tiene en el desarrollo físico de los niños, afecta los procesos para defenderse de infecciones y tiene efectos sobre las funciones nerviosas superiores, por lo tanto en el desarrollo cognitivo.

La anemia es ocasionada por diversas causas como dietas deficientes de hierro, la conjunción de dietas deficientes y consumo alto de fitatos (presentes en leguminosas, cereales y frutos secos), por incremento en las necesidades (embarazo), entre otras.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece que prevalencias menores a 5% indican buen desempeño; indicativo de problema leve cuando la prevalencia va de 5 a 19.9%; deficiencia moderada 20 a 39%; iguales o superiores a 40% indican problema grave de anemia.

Desnutrición y Problemas de Alimentación

NIÑOS

La ENSANUT2012 (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición), en su última encuesta realizada en el 2012, observó mayor prevalencia en preescolares de 12 a 23 meses con 38.3%, considerada moderada comparada con los niños de 4 años, fue mayor en los hombres.

No hubo diferencia en los niños de entidades rurales con las urbanas, en la región norte fue menor que en la Ciudad de México y no hubo diferencia por sexo.

ADOLECENTES

La prevalencia nacional de anemia fue de 5.6% en adolescentes, siendo las mujeres las que tuvieron las más altas (7.7%), hombres (3.6%).

Entre las edades de 12 y 13 años fue mayor en las mujeres; a partir de los 14 años igualmente las mujeres, mientras que para los hombres disminuyó al llegar a los 18 años.

No se observó diferencia entre el área urbana y rural.

ADULTOS

La anemia disminuye la productividad y afecta la calidad de vida, en las mujeres es causa de muerte materna y perinatal, aumenta el riesgo de partos prematuros y nacimientos con bajo peso.

En las mujeres embarazadas, la mayor prevalencia corresponde entre las edades de 12 a 19 años, en el área rural, disminuyó en la zona norte de país en comparación del centro y sur.

Desnutrición y Problemas de Alimentación

ADULTOS MAYORES

La prevalencia nacional de anemia para este grupo fue de 16.5%, para los hombres de 17.8% para las mujeres 14.4%, mayor en el área rural que en la urbana, mayor para la región sur y la menor el centro, se agravó en el sur; en cambio en el centro y norte disminuyó.

CONCLUSIONES

- 1.- Uno de cada cuatro hogares reciben beneficios de un programa de ayuda alimentaria.
- 2.- La desnutrición ha disminuido en los últimos 25 años.
- 3.- Se observa una desaceleración en la prevalencia del peso excesivo de niños y adolescentes.
- 4.- La prevalencia de anemia sigue siendo un problema serio, en especial en los niños de 5 años.
- 5.- La prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los adultos ha disminuido.
- 6.- La magnitud de la prevalencia de anemia a nivel nacional ha disminuido, principalmente en mujeres embarazadas.

Referencia:

Asociación Mexicana de Miembros de Facultades y Escuelas de Nutrición, (2010). Los empleadores de nutriólogos en México (1ª). México. Trillas