

## Influencia de la pobreza y su entorno en el riesgo de desarrollar obesidad

José Manuel *Bueno Cardona*, Ana María *Pelegrina Bonel*, Mariana *Gómez Bravo*, Nazaret *Socorro Jiménez Vinuesa*

Conselleria de Sanitat, Hospital General Universitario de Alicante (Alicante, España)

Correspondencia: Jmbuenocardona@gmail.com (José Manuel Bueno Cardona)

### Introducción

La obesidad es considerada por la OMS (Organización Mundial de la Salud) como la epidemia del sXXI debido a su alta prevalencia en países desarrollados, siendo un problema sanitario de primer orden. Este problema afecta a países en vías de desarrollo pero con una distribución demográfica diferente que en los países más ricos.<sup>1</sup>

Este problema de salud está íntimamente relacionado con los cambios en los hábitos de vida en las últimas décadas. La alimentación, el nivel socioeconómico y el nivel educativo afectan a la hora de padecer obesidad.<sup>2</sup> La obesidad es a su vez un factor de riesgo importante en el desarrollo de numerosas alteraciones en la salud como hipertensión, diabetes mellitus tipo 2, enfermedad isquémica coronaria, problemas osteoarticulares, colelitiasis, alteraciones hormonales y algunos tipos de cáncer. El aumento de la mortalidad prematura, la discapacidad y el deterioro de la calidad de vida hacen que la obesidad tenga un alto coste sanitario directo e indirecto.<sup>3</sup>

La obesidad en los países desarrollados es un problema que afecta a individuos de todas las edades y estratos sociales, no obstante hay ciertos factores que se relacionan más con mayores cifras de obesidad como niveles socioeconómicos y educativos bajos, condiciones que se dan en los sectores sociales más pobres. Por este motivo países de los 4 continentes han realizado estudios relacionando la obesidad con el nivel educativo de la población y el nivel socioeconómico.<sup>4</sup> Este trabajo tiene como objetivo principal estudiar, mediante la revisión de literatura científica, la relación entre pobreza y

obesidad. Como objetivo secundario se pretende relacionar factores asociados a la pobreza como el bajo nivel socioeconómico y bajo nivel de estudios como factor de riesgo en el desarrollo de obesidad.

### Material y métodos

Se realiza una búsqueda bibliográfica en bases de datos virtuales de pubmed, scielo, cuiden citation y cochrane durante los meses de Junio a Septiembre de 2018.

Los términos de búsqueda utilizados fueron: obesidad, prevalencia, pobreza, nivel socioeconómico y nivel de estudios.

Los criterios de inclusión fueron estudios en castellano e inglés sobre la obesidad relacionando nivel socioeconómico, nivel de educativo, prevalencia y factores de riesgo.

La búsqueda obtuvo un total de 156 artículos. Tras la lectura del título o abstract se seleccionaron 15 artículos, de estos se rechazaron 5 por tener una fecha de publicación demasiado antigua, quedando 10 artículos.

### Resultados

En España, según la Encuesta Nacional de Salud del año 2017, un 18,2% de hombres de 18 y más años y un 16,7% de mujeres padecen obesidad (tabla 1). Estas cifras son mayores que las de años anteriores observando una mayor prevalencia en varones que en mujeres y también se aprecia un aumento cuanto mayor es la edad de los sujetos.

Tabla 1. Porcentaje de adultos con obesidad en función de su sexo

	2001	2006	2011	2017
Varones	13.3	15.5	18.1	18.2
Mujeres	13.8	15.1	16.4	16.7

Fuente: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Encuesta Nacional de Salud de España

En cuanto al nivel socioeconómico se observa que en los países desarrollados la obesidad es más prevalente en estratos sociales deprimidos, mientras que en los países en vías de desarrollo este problema afecta más a sectores de la población

con mayores ingresos. Esto puede ser debido a que adquieren hábitos alimentarios occidentales y a que los sectores más pobres de estos países tienen trabajos más físicos y un acceso más difícil a alimentos procesados.<sup>4</sup>

En los países desarrollados sin embargo son los sectores de la población con menor nivel económico los que registran niveles más altos de obesidad. En España por ejemplo se ve claramente una distribución de las cifras de prevalencia de obesidad en función de la riqueza de la comunidad autónoma que se trate, siendo las comunidades autónomas más pobres las que mayores cifras de prevalencia de obesidad registran. Para el año 2016 según la Sociedad Española de Cardiología la comunidad con mayor tasa de obesidad es Asturias 25,7% seguida de Galicia 24,9% y de Andalucía 24,4%, todas ellas con una renta per cápita por debajo de la media nacional.<sup>5</sup>

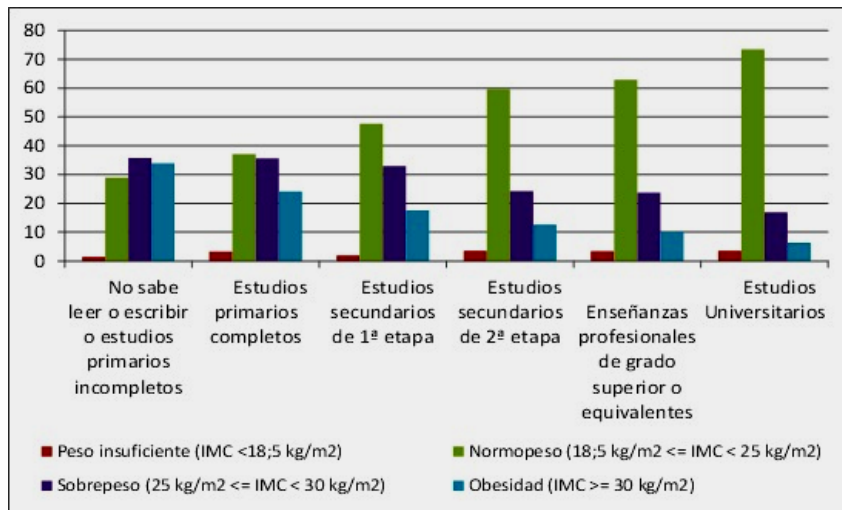
En cuanto al nivel educativo se encuentra que los sujetos con menos estudios son más propensos a la hora de desarrollar diabetes. La diferencia entre los grupos con estudios superiores y los grupos con estudios primarios o sin estudios es del

16,9%. De hecho el grupo poblacional que menos prevalencia de obesidad registra es el de mujeres con estudios universitarios con cifras de un 7,3% frente a un 12,5% si se compara con el grupo de los hombres (Gráfico 1).<sup>6</sup>

El nivel de estudios de la población también está relacionado con el desarrollo de diabetes en la infancia, siendo mayores las cifras de prevalencia de obesidad infantil cuanto menor es el nivel de estudios de sus padres (Gráfico 2).<sup>6,7</sup>

El nivel de estudios también está relacionado con el nivel socioeconómico de la población, registrándose niveles de estudios más alto en los colectivos con mayores ingresos. En España por ejemplo se observa que en las comunidades autónomas con mayores ingresos el nivel de estudio de la población es mayor (Figura 1).

Gráfico 1. El peso y la educación en las mujeres españolas de 24 a 65 años



Fuente: INE, 2013

Gráfico 2. Nivel de estudios de padres y madres en relación con la obesidad de sus hijos<sup>6,7</sup>

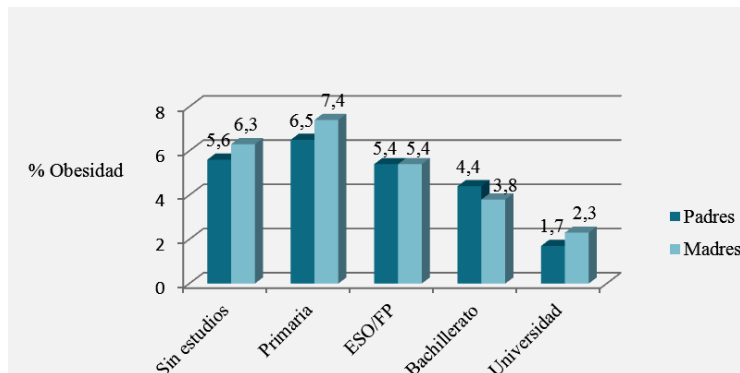
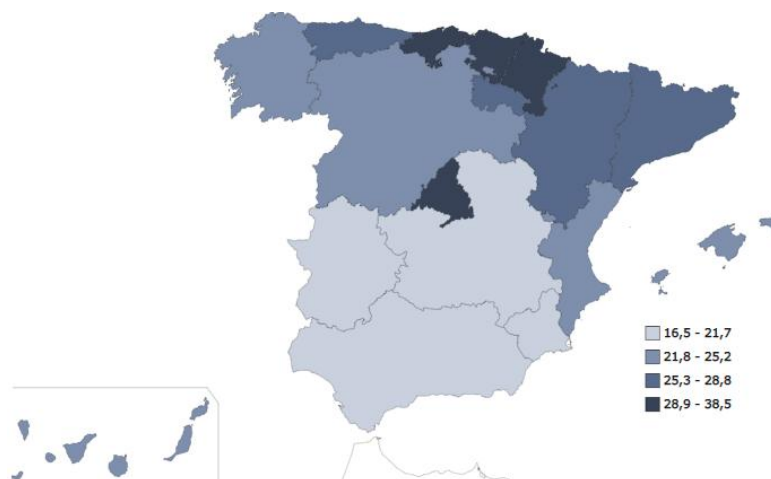


Figura 1. Nivel de estudios superiores por comunidades autónomas en España. Año 2014



Fuente: INE

## Discusión

La obesidad es un problema sanitario de primer nivel en los países desarrollados. Esta enfermedad cuenta con múltiples factores para su desarrollo como puede ser ciertas enfermedades, factores genéticos, los hábitos de alimentación, consumo de fármacos, el sedentarismo y estatus social.

Centrándonos en el aspecto social de la obesidad encontramos en la bibliografía que en los ámbitos más pobres de nuestra sociedad se registran mayores cifras de obesidad, dándose en estos unos niveles educativos y económicos más bajos, pudiendo entonces establecer una relación directa entre pobreza y obesidad.<sup>8</sup>

El nivel socioeconómico bajo como factor de riesgo a la hora de desarrollar obesidad tiene su explicación en la disminución del presupuesto de los individuos a la hora de elegir su alimentación. Los hogares que disponen de menos ingresos para realizar la compra suelen optar por productos más ricos en azúcares y en grasas, ya que estos suelen ser más baratos y tienen una mayor capacidad saciante que los productos frescos como la verdura, la fruta o el pescado. También los hogares con menos recursos sufren de pobreza energética o carecen de elementos necesarios para la preparación de recetas elaboradas por lo que aumentan su consumo de productos procesados o precocinados. Por último destacar que los hogares con menos ingresos destinan menos dinero a la realización de actividades deportivas o de ocio, lo que aumenta las conductas sedentarias.<sup>9</sup>

## Bibliografía

1. Żukiewicz-Sobczak W, Wróblewska P, Zwoliński J, Chmielewska-Badora J, Adamczuk P et al. Obesity and poverty paradox in developed countries. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*. 2014; 21(3):590-594.
2. Temporelli KL, Viego VN. Condicionantes socioeconómicos y obesidad en adultos: evidencia basada en regresiones por cuantiles y datos de panel. *Rev. Salud Pública*. 2016; 18(4):516-519.
3. McLaren L. Socioeconomic Status and Obesity. *Epidemiol Rev*. 2007;29:29-48.
4. Dinsa GD, Goryakin Y, Fumagalli E, Surhcke M. Obesity and socioeconomic status in developing countries: a systematic review. *obesity reviews*. 2012; 13:1067-1079.

El nivel de estudios también tiene una estrecha relación con el riesgo de desarrollar obesidad. En los estudios revisados se evidencia que bajos niveles de estudios se relacionan con altas cifras de prevalencia de obesidad. Este factor no solo afecta a los individuos, afecta al ámbito familiar, observándose como aumentan las cifras de obesidad en la infancia en los hijos de padres con bajos niveles académicos. La falta de conocimiento sobre los efectos nocivos de la obesidad sobre la salud, la dificultad al acceso a información sobre hábitos de vida saludable y creencias erróneas sobre la alimentación contribuyen al desarrollo de obesidad.<sup>7,10</sup>

## Conclusiones

- Se puede decir que hay relación entre pobreza y obesidad.
- El bajo nivel socioeconómico y el bajo nivel de estudios asociado a la pobreza supone un mayor riesgo de desarrollar obesidad.
- La obesidad es un problema de salud que genera muertes prematuras, dependencia y eleva los costes de la sanidad.
- Es necesario desarrollar programas de salud sobre hábitos de vida saludables (dieta y ejercicio) dirigidos a los sectores más pobres de la población con el fin de reducir las cifras de obesidad.
- También sería necesario destinar las ayudas económicas necesarias para que estos individuos puedan recibir una alimentación óptima en cuanto a necesidades energéticas y nutritivas se refiere.

5. Aranceta-Bartrina J, Pérez-Rodrigo C, Alberdi-Aresti G, Ramos-Carrera N, Lázaro-Masedo S. Prevalencia de obesidad general y obesidad abdominal en la población adulta española (25–64 años) 2014–2015: estudio ENPE. *Rev Esp Cardiol.* 2016; 69(6):579–587.
6. González-Jiménez E, Aguilar-Cordero MJ, García-García CJ, García-Lopez P, Álvarez Ferre J et al. Influencia del entorno familiar en el desarrollo del sobrepeso y la obesidad en una población de escolares de Granada (España). *Nutr Hosp.* 2012; 27(1):177-184.
7. Márquez Díaz RR. Obesidad: prevalencia y relación con el nivel educativo en España. *Nutr. clín. diet. hosp.* 2016; 36(3):181-188.
8. Antentas JM, Vivas E. Impacto de la crisis en el derecho a una alimentación sana y saludable. Informe SESPAS 2014. *Gac Sanit.* 2014; 28(S1):58–61.
9. Díaz-Méndez CE, García-Espejo I. Tendencias en la homogeneización del gasto alimentario en España y Reino Unido. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas.* 2012; 139:21–44.
10. Álvarez-Castaño LS, Goez-Rueda JD, Carreño-Aguirre C. Factores sociales y económicos asociados a la obesidad: los efectos de la inequidad y de la pobreza. *Revista Gerencia y Políticas de Salud.* 2012; 11(23):98-110.