

Cartas al Editor

1. Escuela de Nutrición, Universidad Hispanoamericana. San José, Costa Rica.

Recibido: 05/05/2023

Aprobado: 18/06/2023

Correspondencia:

Adriana Acuña Córdoba

Email:

adriana.acunac@uhispano.ac.cr

ORCID: [0000-0003-0285-2023](https://orcid.org/0000-0003-0285-2023)

Citar como:

Acuña-Córdoba A. La complejidad del fenómeno alimentario y su relación con la obesidad. Rev Hisp CiencSalud. 2023; 9(2): 160-161. DOI: [10.56239/rhcs.2023.92.649](https://doi.org/10.56239/rhcs.2023.92.649)

La complejidad del fenómeno alimentario y su relación con la obesidad

The Complexity of the Dietary Phenomenon and Its Relationship with Obesity

Adriana Acuña – Córdoba¹;

Señor Editor. La obesidad continúa siendo uno de los problemas más significativos en términos de salud pública a nivel global. Los datos obtenidos de la última Encuesta Nacional de Nutrición revelan que un 53,7% de mujeres y un 62,4% de hombres entre las edades de 20 y 64 años presentan sobrepeso y obesidad¹. Además, el censo de peso/talla llevada a cabo en 2016 por los Ministerios de Salud y Educación Pública² señaló que un 34% de los escolares entre 6 y 12 años presentan sobrepeso u obesidad, en comparación con el 21,4% registrado en la Encuesta de Nutrición 2008-2009. Estas cifras ponen de manifiesto el aumento progresivo del exceso de peso en prácticamente todos los grupos etarios.

Dicho incremento de preocupación ha motivado a las autoridades de salud a abordar lo que se ha denominado una "epidemia global". Esto se debe a la conexión entre la obesidad y el desarrollo de ciertas enfermedades, así como a su asociación con una calidad de vida disminuida tanto en el ámbito físico como socioemocional³.

Aunque se han identificado factores biológicos, psicológicos y sociales que influyen en el desarrollo de la obesidad, la mayoría de las estrategias de salud se

han centrado en el control del peso a través de la modificación de los hábitos alimentarios y la promoción de la actividad física constante. Sin embargo, como señala Gracia-Arnaiz (2009)⁴, estas campañas contra la obesidad no han logrado un éxito significativo, ya que se han enfocado en cambiar conductas individuales sin considerar los determinantes socioculturales que moldean el comportamiento alimentario.

En este sentido, es esencial reconocer que una alimentación saludable y equilibrada no depende únicamente de las decisiones individuales y las motivaciones relacionadas con la salud. Son múltiples los factores que influyen en las elecciones alimentarias de las personas. Como destaca Cruz et al⁵⁻⁶, "la elección individual (de qué comer) no puede ser separada de las condiciones estructurales que la posibilitan".

Las rutinas que caracterizan la vida cotidiana de las personas pueden plantear desafíos para la adopción y el mantenimiento de estilos de vida saludables. A menudo, la rutina necesaria para lograrlo choca con la diversidad y la demanda de actividades diarias.

Además, la estandarización de los mensajes nutricionales, destinados a guiar a la población, tiende a dificultar la

1. Escuela de Nutrición, Universidad Hispanoamericana. San José, Costa Rica.

Recibido: 05/05/2023

Aprobado: 18/06/2023

Correspondencia:

Adriana Acuña Córdoba

Email:

adriana.acunac@uhispano.ac.cr

ORCID: [0000-0003-0285-2023](https://orcid.org/0000-0003-0285-2023)

Citar como:

Acuña-Córdoba A. La complejidad del fenómeno alimentario y su relación con la obesidad. *Rev Hisp CiencSalud.* 2023; 9(2): 160-161. DOI: [10.56239/rhcs.2023.92.649](https://doi.org/10.56239/rhcs.2023.92.649)

adhesión a los tratamientos médico-nutricionales. Estos mensajes a menudo pasan por alto las complejidades contextuales que dan forma a las realidades individuales.

Por lo tanto, como profesionales de la salud, es fundamental no perder de vista que tanto la obesidad como el propio fenómeno alimentario son asuntos complejos que requieren una perspectiva integral. Esto implica no solo considerar aspectos clínico-nutricionales, sino también tener en cuenta elementos socioculturales, junto con el interés en las experiencias personales de quienes lidian con la obesidad⁷. Estas consideraciones podrían ser clave para ampliar la comprensión convencional de este fenómeno y, a su vez, replantear estrategias que sean más viables y acordes con realidades diversas.

Conflictos de interés

La autora declara no tener conflictos de interés

Financiamiento

Autofinanciado.

Referencias Bibliográficas

1. Ministerio de Salud. Encuesta Nacional de Nutrición 2008-2009. Fascículo Antropometría. Costa Rica; 2009.

2. Ministerio de Salud y Ministerio de Educación Pública. Censo Escolar Peso/Talla 2016. Resultados. Costa Rica; 2016. p. 1-51. Recuperado de: <http://www.mep.go.cr/sites/default/files/pa/ge/adjuntos/resultados-censo-escolar-peso-talla-2016.pdf>
3. Mercado M. Calidad de vida percibida en personas obesas. *Rev Asoc Latin Form Enseñ Psicol.* 2016;4(11):88-92. Disponible en: <https://integracionacademica.org/attachments/article/132/08%20Personas%20obesas%20-%20Mercado.pdf>
4. Gracia-Arnaiz M. Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. *Salud Publica Mex.* 2007;49(3):236-242. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342007000300009&lng=es&tlng=es
5. Cruz M, Tuñón E, Villaseñor M, Álvarez G, Nigh R. Sobrepeso y obesidad: una propuesta de abordaje desde la sociología. *Reg Soc.* 2013;25(57):165-202. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-39252013000200006&lng=es&tlng=es
6. Angulo-Muñoz A. Aproximaciones cualitativas al estudio de obesidad: Nuevas contribuciones a la comprensión de la nutrición humana. *Rev Fac Med.* 2014;62(1 Suppl):S81-88.
7. Tomás-Cardoso R. Obesidad y entornos obesogénicos: paradojas y divergencias entre las políticas sanitarias, las experiencias personales y las culturas de salud. En: *Éticas y Políticas de las Antropologías.* XV Congreso Antropología ASAAE. Madrid, España; 2021. p. 894-917.

