

## Obesidad en Latinoamérica: propuestas desde la actividad física

### *Obesity in latin america: Proposals from physical activity*

Señor Editor,

La prevalencia mundial de la obesidad ha aumentado en los últimos 40 años, acentuándose especialmente en los países de bajos y medianos ingresos<sup>1</sup>. La estabilidad económica lograda por algunos gobiernos latinoamericanos ha sido sustentada en modelos globalizados y de alta competitividad, ocasionando cambios culturales y conductuales en su población<sup>2</sup>. La pobreza y desigualdad social aún presente en Latinoamérica han generado cambios en la alimentación y la disminución en la actividad física, convirtiendo a la región en el epicentro de la epidemia de la obesidad. Los países latinoamericanos presentan el gran desafío de diseñar acciones efectivas que contribuyan a revertir los indicadores y que consideren a la investigación en actividad física como una estrategia clave para la prevención. Sin embargo, la diversidad de problemas que vive la región ha hecho que algunos países sólo respondan reactivamente al problema y no generen propuestas de promoción y prevención de la obesidad.

Ante la pregunta de cuál debe ser el foco de acción para controlar y prevenir la obesidad en Latinoamérica, aún existe discusión, dada la poca efectividad que han tenido las políticas públicas en la reducción de las tasas de obesidad en los últimos 30 años alrededor del mundo<sup>3</sup>. Se reconoce el rol de la actividad física en el control y prevención del aumento de peso<sup>4</sup>, además que diversos investigadores han permitido sustentar recomendaciones de actividad física<sup>5</sup>, señalando mayores beneficios en función de duración, tipo e intensidad<sup>4</sup>. Lo complejo y heterogéneo del problema requiere políticas públicas latinoamericanas que involucren una mirada socio-ecológica a la obesidad, enfocadas en la prevención y entendiendo que toda conducta humana no se construye por sí sola, por lo tanto, es necesario focalizar los esfuerzos en la interacción de los ambientes físico, social, económico y cultural<sup>6</sup>. Bajo esta idea, emerge la necesidad de posicionar a los investigadores en actividad física como miembros claves de equipos multidisciplinarios. La conformación de equipos de trabajo, contribuye a mirar el problema de una forma global, contextualizada a las necesidades reales de cada país, donde los esfuerzos de promoción y educación por medio de la actividad física y nutrición deben ser ejes centrales de las políticas públicas latinoamericanas. Sin embargo, muchas veces el trabajo de un profesional de

la actividad física no es reconocido o valorado por su aporte. Se debe considerar este campo de estudio como una pieza más del engranaje que permitirá prevenir y controlar la obesidad. Es por eso que se debe potenciar esta área disciplinar a través del aumento en la inversión pública, incorporar a los profesionales como parte de los equipos de salud y aumentar la oferta de especialización dentro de la región. Todo lo anterior ha generado un lento desarrollo de esta área, provocando que algunos países aun no cuenten con estudios epidemiológicos que incluyan la variable de actividad física, lo cual denota poca relevancia y escasos recursos destinados a esta labor.

Se reconocen los esfuerzos locales dentro de la región para controlar a la obesidad, no obstante, aún no es posible revertir los indicadores. Muchas de estas estrategias son adaptaciones de experiencias de países desarrollados, poco contextualizadas a la realidad latinoamericana. Bajo este escenario, la agenda global de investigación de la actividad física debe priorizar los esfuerzos para levantar evidencia y formar masa crítica que permita implementar acciones propias de cada país y cultura, que favorezcan la prevención principalmente, y el control de la obesidad en Latinoamérica, haciendo de la región un modelo de acción y trabajo colaborativo.

Eugenio Merellano-Navarro<sup>1,a</sup>,  
Alejandro Almonacid-Fierro<sup>1,a</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Ciencias de la Actividad Física,  
Universidad Católica del Maule, Chile.

<sup>a</sup>Doctor en Actividad Física y Artística.

## Referencias

1. Jaacks LM, Vandevijvere S, Pan A, McGowan CJ, Wallace C, Imamura F, et al. The obesity transition: stages of the global epidemic. *The Lancet Diabetes and Endocrinology*. 2019; 7(3): 231-40.
2. Chooi YC, Ding C, Magkos F. The epidemiology of obesity. *Metabolism* [Internet]. 2019 Mar;92:6-10. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2018.09.005>.
3. Ng M, Fleming T, Robinson M, Thomson B, Graetz N, Margono C, et al. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *The Lancet* [Internet]. 2014; 384(9945): 766-81. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673614604608>.
4. Church T, Martin CK. The Obesity Epidemic: A Consequence of Reduced Energy Expenditure and the Uncoupling of Energy Intake? *Obesity*. 2018; 26(1) :14-6.
5. WHO. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios. World Health Organization [Internet]. 2020; 24. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/>

handle/10665/337004/9789240014817-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

6. Sallis JF, Owen N, Fisher EB. Ecological models of health behavior. In: Health behavior and health education: Theory, research, and practice, 4th ed. San Francisco, CA, US: Jossey-Bass; 2008. p. 465-85.

Correspondencia a:

Eugenio Merellano-Navarro

Departamento de Ciencias de la Actividad Física, Universidad Católica del Maule. Av. San Miguel 3605, Talca, Chile.

emerellano@ucm.cl