

Dra. Margarita Safdie Kanan

Ejemplos y desafíos para combatir la obesidad

Experta ofreció conferencia en la Escuela de Nutrición

18 JUL 2014 Salud



La Dra. Margarita Safdie Kanan, especialista en Nutrición visitó la Alma Mater para hablar sobre las diferentes políticas públicas que se impulsan a nivel mundial en el combate de la obesidad (Laura Rodríguez).

La Dra. Margarita Safdie Kanan, investigadora del *National Institute of Public Health* de la Universidad de Queens, se refirió a los retos y desafíos que enfrentan distintos países en materia de prevención de la **obesidad**, durante una conferencia que brindó, en el marco del XV aniversario de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica.

La especialista en Nutrición visitó, esta semana, el Alma Mater para hablar sobre las diferentes estrategias y políticas públicas que se impulsan a nivel mundial y latinoamericano, en el combate de la epidemia del sobrepeso y la obesidad.

En primera instancia, la experta describió algunas de las **causas culturales, económicas y políticas** que influyen en el aumento de los casos de personas que sufren de un desbalance energético, en el mundo.

Safdie mencionó que la alta **exposición a productos “obesogénicos”** a través de la publicidad y de la tecnología, así como la reducción de los espacios públicos, y la industrialización del sector alimentario, contribuyen en el desarrollo de la obesidad y de una conducta sedentaria, en la población.

“Hemos cambiado la forma en la que vivimos, hemos cambiado la forma en la que nos transportamos, en la que jugamos, en la que tenemos recreación, de tal forma que hoy, lo más prevalente es la conducta sedentaria, estar al frente de una pantalla ingiriendo alimentos y dejando de hacer actividad física” afirmó Safdie



La experta aseguró que es importante reforzar el consumo de comidas preparadas en la casa que posean alto valor nutricional, y educar a la población para que discrimine el consumo de comida “chatarra” (foto: Rafael León).

Desde su perspectiva, en los países subdesarrollados, la obesidad está atacando a dos poblaciones vulnerables, entre ellas, a las personas que viven en pobreza y a los niños y niñas.

La especialista mencionó que las personas de recursos económicos bajos, está **dejando de lado las comidas preparadas en la casa** y con alto valor nutricional, y **se inclinan más por las bebidas azucaradas y la comida “chatarra”**.

“La gente más pobre consume este tipo de comidas porque son baratas y además de eso llenan, y ahí hay desigualdad porque la gente de otros estratos, paga un gimnasio para disminuir el efecto de estas comidas o visita restaurantes donde las porciones son más pequeñas, pero la gente pobre no tiene otra opción más que esa” dijo Safdie.

Asimismo, la experta mencionó que en la **formulación de las políticas públicas**, los países deben tomar en cuenta que los niños y las niñas son una de las poblaciones más fáciles de

convencer con los anuncios publicitarios.

“Los niños son los más manipulables, ellos son el mejor consumidor que existe, y básicamente la industria ha utilizado en muchas ocasiones a los niños para vender productos y comida densamente energética, entonces debemos evitarlo poniéndole límites a la publicidad” afirmó Safie.



Según la especialista, una de las principales causas de la obesidad está en la alta exposición a alimentos densamente energéticos que tienen niños, jóvenes y adultos, en la actualidad (foto Archivo ODI con fines ilustrativos).

Durante su intervención, la especialista aseguró que es urgente que los países impulsen políticas públicas que promuevan los estilos de vida saludable, la actividad física, y la educación en el campo de la alimentación desde edades tempranas.

Experiencia de México en la prevención de la obesidad

Tras hacer un recorrido por algunas de las principales causas de la obesidad, la experta se refirió a las **políticas públicas que se implementaron en México para prevenir esta epidemia mundial**.

La especialista, quien es consultora en la Dirección General de Promoción de la Salud, de la Secretaría General de Salud de México, contó parte de su experiencia profesional en la formulación de la política para **prevenir la obesidad, el sobrepeso y la diabetes**, en ese país.

Safdie señaló que en el caso de México, el estado optó por formular una política para el Distrito Federal, basada en la **atención médica, la educación de la población**, la salud pública, y que además contiene un **componente fiscal**.

“Estamos promoviendo la salud pública a través de la promoción de actividad física, hemos cambiado la forma en que los niños y niñas comen en las escuelas, la forma en la que reciben sus alimentos; a nivel poblacional estamos haciendo una gran campaña en medios masivos, estamos educando a la gente sobre las consecuencias de la obesidad... y algo bien importante es que hemos creado una política fiscal en la cual, se les ha puesto un impuesto a las bebidas endulzadas y a la comida densamente energética” agregó

De acuerdo con la experta, uno de los grandes triunfos de esta política fue lograr imponer una tasa de un peso por litro en las bebidas azucaradas: “hemos ganado la batalla en contra de las industrias que estaban vendiendo estas bebidas inclusive más baratas que el agua” añadió.

La conferencia Retos y Desafíos en el combate de la Obesidad del Siglo XXI se llevó a cabo este lunes 14 de julio, en la Escuela de Nutrición.

[Tatiana Carmona Rizo](#)

Periodista Oficina de Divulgación e Información

jessica.carmonarizo@ucr.ac.cr

Etiquetas: [nutricion](#), [salud](#), [obesidad](#), [sobrepeso](#), [desafios](#), [retos](#), [mexico](#), [publicidad](#).