

Este contenido fue traducido del inglés utilizando tecnología de IA generativa.

Originalmente publicado por The Lancet

The Lancet: Sin acciones inmediatas, se predice que casi 260 millones de personas en Estados Unidos tendrán sobrepeso u obesidad para el año 2050.

Publicado 14 de Noviembre, 2024

- El análisis más completo en los Estados Unidos sobre el sobrepeso y la obesidad a nivel nacional, en todos los estados y grupos de edad, estima que las tasas de obesidad en adultos (mayores de 25 años) y adolescentes mayores (de 15 a 24 años) se han duplicado al menos durante las últimas tres décadas (1990-2021).
- Los estados del sur, incluidos Oklahoma, Alabama, Arkansas, Mississippi, Texas, Virginia Occidental y Kentucky, tuvieron los niveles más altos de sobrepeso y obesidad entre los adolescentes mayores (de 15 a 24 años) en 2021, con más de la mitad de los varones adolescentes mayores en Texas y casi dos tercios de las adolescentes mayores en Mississippi viviendo con sobrepeso u obesidad.
- Sin acciones inmediatas, los autores advierten de una crisis escalada de sobrepeso y obesidad en todo Estados Unidos, con 213 millones de adultos (mayores de 25 años) y más de 43 millones de niños y adolescentes (de 5 a 24 años) esperados para tener sobrepeso u obesidad para el año 2050, con consecuencias igualmente impactantes para la salud, sociales y económicas.
- Con la prevalencia de la obesidad proyectada para aumentar a un ritmo más rápido que el sobrepeso, para 2050, se espera que alrededor de uno de cada cinco niños, al menos uno de cada tres adolescentes y dos de cada tres adultos tengan obesidad, con los niveles más altos continuando concentrados en los estados del sur.
- Los autores dicen que estos hallazgos subrayan la necesidad urgente de acciones políticas que se centren en la prevención y la intervención a nivel de población, incluyendo acciones legislativas para promover el acceso a alimentos saludables y una mejor regulación de los sectores alimentario, agrícola y de marketing.

En las últimas tres décadas, ha habido un aumento alarmante en la prevalencia de la obesidad en todo Estados Unidos, al menos duplicándose en hombres y mujeres adultos (mayores de 25 años) y en adolescentes mayores femeninos y masculinos (de 15 a 24 años) desde 1990, con el número de personas viviendo con sobrepeso y obesidad alcanzando más de 208 millones en 2021, una tendencia que se prevé continúe en las próximas décadas sin una reforma significativa, según un nuevo análisis importante de la Red de Colaboradores del Estudio de la Carga Global de Enfermedades, [publicado en *The Lancet*](#).

Niveles especialmente altos de sobrepeso y obesidad ya se han alcanzado en varios estados de EE.UU., con más de la mitad (52%) de los varones adolescentes mayores (de 15 a 24 años) en Texas y casi dos tercios (63%) de las adolescentes mayores en Mississippi viviendo con sobrepeso u obesidad en 2021. De manera similar, en adultos (mayores de 25 años), se estimó que alrededor del 80% de los hombres en Dakota del Norte y las mujeres en Mississippi tenían sobrepeso u obesidad en 2021.

El estudio predice tendencias devastadoras a nivel poblacional. Se espera que el número total de niños y adolescentes estadounidenses con sobrepeso y obesidad alcance los 43.1 millones para 2050 (un adicional de 6.74 millones desde 2021), y el número de adultos 213 millones (un adicional de 41.4 millones), subrayando la necesidad urgente de una acción concertada en toda la población para revertir estas tendencias y las marcadas disparidades geográficas y de sexo.

"Nuestro análisis deja al descubierto el fracaso de décadas para abordar la creciente epidemia de sobrepeso y obesidad en EE.UU. Las consecuencias catastróficas del aumento del sobrepeso y la obesidad entre los niños ya son evidentes en el aumento de la prevalencia de hipertensión infantil y diabetes tipo 2," dijo el autor principal, la Profesora Emmanuela Gakidou del Instituto de Métricas y Evaluación de la Salud (IHME), Universidad de Washington, EE.UU.

"El sobrepeso y la obesidad pueden desencadenar condiciones de salud graves, muchas de las cuales ahora ocurren a edades más jóvenes, incluyendo diabetes, ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares, cáncer, trastornos de la salud mental e incluso muerte prematura. Los crecientes costos para el sistema de salud y la economía serán igualmente omnipresentes, con más de 260 millones de personas en EE.UU., incluyendo más de la mitad de todos los niños y adolescentes, esperados para estar viviendo con sobrepeso u obesidad para 2050. Se necesitan esfuerzos unidos e inversiones urgentes para alterar estas trayectorias preocupantes y asegurar un futuro más saludable para las generaciones actuales y futuras."

El nuevo análisis estimó la prevalencia de sobrepeso y obesidad para niños y jóvenes adolescentes (de 5 a 14 años), adolescentes mayores (de 15 a 24 años) y adultos (mayores de 25 años) desde 1990 hasta 2021 con pronósticos hasta 2050 (asumiendo la continuación de tendencias y patrones pasados) utilizando 134 fuentes de datos únicas, incluyendo todos los principales datos de encuestas nacionales de vigilancia. El nuevo análisis proporciona pronósticos en profundidad, desglosados a nivel estatal, así como por edad y sexo. Se hicieron ajustes para corregir el sesgo de autoinforme.

Para individuos mayores de 18 años, el sobrepeso se definió como tener un IMC de 25 kg/m² a menos de 30 kg/m² y la obesidad se definió como un IMC de 30 kg/m² o más. Para individuos menores de 18 años, las definiciones se basaron en los criterios de la Fuerza de Tarea Internacional sobre Obesidad [2].

213 millones de adultos estadounidenses previstos para tener sobrepeso u obesidad en 2050

Se estimó que casi tres cuartos de la población adulta (172 millones de adultos mayores de 25 años) en EE. UU. vivían con sobrepeso u obesidad en 2021. La prevalencia de la obesidad aumentó especialmente rápido, duplicándose entre 1990 y 2021 tanto en hombres adultos (del 18.6% al 41.5%) como en mujeres (del 22.8% al 45.6%; ver tabla en Notas para Editores)

La prevalencia estimada de sobrepeso y obesidad en adultos fue alta en todos los estados en 2021. En hombres, los niveles variaron desde el 80.6% en Dakota del Norte hasta el 65.3% en Washington DC; mientras que en mujeres, los niveles variaron desde el 79.9% en Mississippi hasta el 63.7% en Hawái (ver figuras 1C y D en el documento).

La continuación de estas tendencias vería aumentar la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los adultos (estandarizada por edad para permitir comparaciones entre estados y a lo largo del tiempo) de un estimado del 75.9% en 2021 a alrededor del 81.1% para hombres y del 72.6% al 82.1% para mujeres. Esto significaría un estimado de 41.4 millones de adultos adicionales viviendo con sobrepeso u obesidad para 2050 (elevando el total a 213 millones, de los cuales 146 millones tendrán obesidad).

Preocupantemente, se proyecta que la prevalencia de la obesidad aumentará a una tasa más rápida que el sobrepeso, y más rápido entre los hombres adultos que las mujeres. Entre 2021 y 2050, se espera el mayor aumento en la prevalencia de obesidad entre los hombres en Colorado (aumento del 44.2%) y Nuevo México (aumento del 41.2%), y entre las mujeres adultas en Kansas y Colorado (ambas con un aumento del 34.9%).

Sin embargo, se espera que los niveles más altos de obesidad permanezcan en los estados del sur, con alrededor de dos tercios de los hombres adultos en Virginia Occidental y Kentucky pronosticados para estar viviendo con obesidad para 2050, así como dos tercios de las mujeres adultas en 12 estados, con tasas especialmente altas de obesidad predichas en Mississippi, Virginia Occidental y Arkansas y Alabama (ambos alrededor del 69%; ver figura 4B en el documento).

Curiosamente, la aparición de la obesidad se ha adelantado en generaciones sucesivas. Por ejemplo, aproximadamente dos de cada cinco mujeres nacidas en la década de 1960 vivían con obesidad a la edad de 45 años, sin embargo, la misma proporción vivía con obesidad a la edad de 30 años para las mujeres nacidas en la década de 1980, y a la edad de 20 para las mujeres nacidas en 2020 (ver figura 5).

"La obesidad está en un punto de crisis en todo EE. UU., con cada estado enfrentando desafíos en cierto grado", dijo la coautora Profesora Asociada Afiliada Marie Ng del IHME, Universidad de Washington, EE. UU. "Durante las últimas tres décadas, el país ha experimentado extensas transiciones económicas, demográficas y tecnológicas que han desencadenado cambios profundos en los sistemas alimentarios y agrícolas, la urbanización, y las desigualdades de riqueza y educación junto con el racismo

estructural subyacente que interactúan para impulsar la obesidad a nivel poblacional, ya sea el marketing de productos alimenticios no saludables a niños, la proliferación de actividades en línea sedentarias, o los desiertos alimentarios (barrios que carecen de opciones de alimentos saludables y asequibles) que son más comunes en barrios de minorías raciales y étnicas."

Epidemia sin precedentes de obesidad infantil y adolescente

El nuevo análisis estima que la prevalencia de obesidad en adolescentes mayores aumentó sustancialmente en EE. UU. entre 1990 y 2021, más que duplicándose tanto en varones (del 8.8% al 22.7%) como en mujeres (del 10.1% al 28.8%; ver tabla en Notas para Editores).

En 2021, se estimó que 15.1 millones de niños y jóvenes adolescentes y 21.4 millones de adolescentes mayores vivían con sobrepeso u obesidad. Sin embargo, impactan a segmentos de la población estadounidense de manera diferente, con adolescentes mayores femeninas (50.8%) experimentando una prevalencia más alta en 2021 que adolescentes mayores masculinos (46.7%), con tasas especialmente altas entre adolescentes mayores femeninas en Mississippi, Alabama y Oklahoma (donde los niveles superaron el 59%), y entre adolescentes mayores masculinos en Texas y Virginia Occidental (donde los niveles superaron el 52%; Figura 1A y B en el documento).

El nuevo estudio predice que 3.3 millones adicionales de niños y jóvenes adolescentes y 3.41 millones de adolescentes mayores vivirán con sobrepeso u obesidad para 2050 (elevando el total a 43.1 millones, de los cuales 24 millones tendrán obesidad).

Con el aumento de la obesidad proyectado para superar el aumento del sobrepeso, se espera que alrededor de uno de cada cinco niños y al menos uno de cada tres adolescentes vivan con obesidad en 2050. La creciente marea de obesidad adolescente se proyecta alcanzar los niveles más altos entre varones adolescentes mayores en Oklahoma (43%), Mississippi (39.8%) y Virginia Occidental (37.7%) en 2050, y afectar al menos a la mitad de las adolescentes mayores femeninas viviendo en Mississippi, Arkansas, Oklahoma y Alabama (ver figura 4A). Sin embargo, los números más grandes de adolescentes mayores con obesidad continuarán estando en California (1.53 millones) y Texas (1.49 millones) en 2050.

La Profesora Asociada Ng dijo: "Los mecanismos detrás del aumento de la prevalencia de obesidad son mucho más complejos que solo una cuestión de ingesta excesiva de energía e inactividad física. Las intervenciones existentes que se centran en cambios de comportamiento basados en el estilo de vida no producen reducciones suficientes y sostenibles en el sobrepeso y la obesidad, especialmente entre niños y adolescentes. Abordar los impulsores estructurales de la obesidad poblacional y enfatizar la prevención debe ser central en cualquier estrategia futura. Las futuras intervenciones también necesitan tener en cuenta los cambios sociales en la aceptación de la obesidad, junto con soluciones a medida por sexo y para estados con altas tasas de obesidad."

Prevención a nivel poblacional y una estrategia intergubernamental clave para abordar la crisis de obesidad

El análisis señala que, aunque los medicamentos antiobesidad como los agonistas del receptor de péptido-1 similar al glucagón (GLP-1 RA) tienen un lugar en el manejo de la obesidad, por sí solos no serán suficientes para resolver la epidemia de obesidad.

Como explica la Profesora Asociada Ng: “Dado el aumento pronosticado en sobrepeso y obesidad, la demanda de medicamentos antiobesidad definitivamente aumentará, pero no es una solución milagrosa. Con preocupaciones sobre los costos prohibitivos y el acceso equitativo, junto con la variabilidad en la efectividad y los posibles efectos secundarios graves, la prevención seguirá siendo una estrategia primordial.

Los autores enfatizan que la prevención necesita convertirse en un enfoque mucho más dominante en el control de la obesidad y que cualquier política que apunte a abordar la crisis de la obesidad debe ser una prioridad en los gobiernos federal y estatales y contar con un compromiso político de alto nivel. También deben ser integrales, alcanzando a individuos a lo largo del curso de la vida y apuntando a las desigualdades. Por ejemplo, dado que la obesidad es intergeneracional, los autores dicen que la intervención necesita comenzar con mujeres embarazadas y prácticas de alimentación temprana.

“Más que depender de la agencia individual, se necesita una gobernanza más fuerte para apoyar e implementar un enfoque de sistema completo multifacético para interrumpir radicalmente los impulsores estructurales del sobrepeso y la obesidad tanto a nivel nacional como comunitario, así como dentro de los hogares y escuelas”, dijo la Profesora Gakidou. “Los legisladores federales deben mirar más allá de los objetivos políticos a corto plazo para dirigir las intervenciones de política no solo dentro del sector de la salud, por ejemplo, asegurando que todos los niños tengan acceso a comidas escolares primarias nutritivas y que haya una mayor regulación del marketing de comida chatarra.”

Ella agregó: “Sobre todo, revertir la epidemia de obesidad en EE. UU. dependerá del apoyo del gobierno a programas que aumenten los niveles de actividad física, como invertir en vecindarios seguros y transitables, garantizar la disponibilidad de alimentos saludables para niños y adolescentes, regular las industrias de alimentos y marketing, y lograr sistemas alimentarios sostenibles ambientalmente.”

Los autores señalan algunas limitaciones importantes, incluyendo que, aunque el estudio utiliza los mejores datos disponibles, las predicciones están limitadas por la calidad y disponibilidad de los datos, y por esa razón, no pudieron estimar la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil a nivel estatal. También notan que la definición de sobrepeso y obesidad se basa en el IMC, lo que podría no tener en cuenta las variaciones en la estructura corporal en toda la población, y que no examinaron las disparidades raciales y étnicas en la obesidad. Finalmente, las tendencias pasadas no siempre son predictivas de lo que sucederá en el futuro, y algunos factores, como el

reciente aumento en el uso de medicamentos antiobesidad GLP-1, podrían alterar las tendencias de pronóstico a largo plazo de sobrepeso y obesidad.

Escribiendo en un [Comentario vinculado](#), el Profesor Sylvain Sebert de la Universidad de Oulu en Finlandia (quien no participó en el estudio) dijo: “Se necesita un enfoque de sistema completo multifacético para abordar la crisis de sobrepeso y obesidad, con el desafío de que ahora ha superado todo nivel conocido de progresión epidémica. Se necesita una colaboración extensa en todos los sectores de la salud, y los enfoques de salud pública y personalizados necesitan combinarse para enfrentar y abordar el desafío juntos. Hay una gran esperanza en nuevos enfoques terapéuticos, como los análogos de GLP-1, para tratamientos más efectivos y bien tolerados para el sobrepeso y la obesidad; sin embargo, estos tratamientos no deben ser vistos como una razón para abandonar los esfuerzos de prevención. Los sistemas de atención médica no pueden gestionar la epidemia únicamente a través de políticas de prevención secundaria de por vida... Esperemos que este excelente nuevo informe encuentre su camino hacia la agenda política global para ayudar en los esfuerzos de prevención para todas las causas identificadas y todas las posibles consecuencias de la crisis de obesidad.”

Notas para editores

El estudio fue financiado por la Fundación Bill & Melinda Gates. Fue realizado por los Colaboradores de la Carga de Enfermedad de EE. UU. GBD 2021.

Las etiquetas se han agregado a este comunicado de prensa como parte de un proyecto dirigido por la Academia de Ciencias Médicas que busca mejorar la comunicación de la evidencia. Para más información, por favor vea: <http://www.sciencemediacentre.org/wp-content/uploads/2018/01/AMS-press-release-labelling-system-GUIDANCE.pdf> si tiene alguna pregunta o comentario, por favor contacte a la oficina de prensa de *The Lancet* pressoffice@lancet.com.

[1] [Global burden and strength of evidence for 88 risk factors in 204 countries and 811 subnational locations, 1990–2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021 - The Lancet](#)

[2] [Extended international \(IOTF\) body mass index cut- offs for thinness, overweight and obesity - Cole - 2012 - Pediatric Obesity - Wiley Online Library](#)

Estimaciones y proyecciones de sobrepeso y obesidad en adolescentes mayores de EE. UU. (1990, 2021 y 2050)

Adolescentes mayores de EE. UU. (15-24 años)	1990	2021	2050

Prevalencia de sobrepeso y obesidad en varones	31.4%	46.7%	54.0%
Prevalencia de sobrepeso y obesidad en mujeres	26.0%	50.8%	60.8%
Número de varones con sobrepeso u obesidad	6.1 million	10.5 million	11.9 million
Número de mujeres con sobrepeso u obesidad	4.8 million	10.9 million	12.8 million
Prevalencia de obesidad en varones	8.8%	22.7%	30.6%
Prevalencia de obesidad en mujeres	10.1%	28.8%	38.0%

Estimaciones y proyecciones de sobrepeso y obesidad en adultos de EE. UU. (1990, 2021 y 2050)

Adultos de EE. UU. (25+ años)	1990	2021	2050
Prevalencia de sobrepeso y obesidad en varones	60.5%	75.9%	81.1%
Prevalencia de sobrepeso y obesidad en mujeres	49.1%	72.6%	82.1%
Número de varones con sobrepeso u obesidad	45.8 million	85.0 million	103.6 million
Número de mujeres con sobrepeso u obesidad	41.3 million	86.6 million	109.5 million

Prevalencia de obesidad en varones	18.6%	41.5%	55.3%
Prevalencia de obesidad en mujeres	22.8%	45.6%	58.8%

Para entrevistas con los autores del artículo, por favor contacte a medios de IHME en [ihmmedia@uw.edu](mailto:ihtmmedia@uw.edu).