NACIONAL

72.4% de la población adulta en México padecen sobrepeso u obesidad: INSP

2 de agosto de 2022 · 2 min de lectura

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) 2021 realizada por el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos en México es uno de los principales problemas de salud pública en el país, ya que el 72.4% de las personas mayores de 20 años viven con estas condiciones, así lo anunció Eduardo Lazcano, director del INSP.

La mayor prevalencia de sobrepeso se encontró en las regiones Estado de México con un 38.7%, la Ciudad de México y la región Pacífico-Sur con un 37.8% respectivamente. Por otro lado, la mayor prevalencia de obesidad se observó en la región de la frontera con un 43.7% y un 39.2% en la región Pacífico-Norte. La prevalencia de la obesidad en el país es mayor en las localidades urbanas.

La Ensanut 2021 destaca que el alto consumo de bebidas endulzadas está asociado con el desarrollo de sobrepeso y obesidad, esto genera un riesgo de padecer enfermedades crónico-degenerativas como la diabetes, pues la prevalencia de este padecimiento en México rebasa 15% en adultos mayores de 20 años. Sin embargo, la encuesta observó un aumento de la proporción de personas que desconoce si tiene este padecimiento ya que se registró un 30% en 2020, y este aumentó a un 36% en 2021.

Aunado a esto, otros padecimientos comunes en la población adulta mexicana fueron los triglicéridos altos (47.2%), el colesterol HDL bajo (30.8%) y el colesterol alto (24.7%), pero el porcentaje de personas que desconocen su condición es alto, por ejemplo, el diagnóstico de colesterol lo desconoce un 56% de quienes la padecen, en cuanto a los triglicéridos es un 70%.

La encuesta concluye que tener un diagnóstico oportuno “es clave para reducir retrasos en el inicio de tratamiento y por consecuencia reducción de complicaciones”, ya que, en los últimos 20 años, estas comorbilidades ligadas al sobrepeso y obesidad es una determinante de la mortalidad, discapacidad y muerte prematura en la población. A nivel mundial estas enfermedades afectan a dos de cada tres adultos.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/nacional/72-4-de-la-poblacion-adulta-en-mexico-padecen-sobrepeso-u-obesidad-insp
Descargado el 21 de noviembre de 2026.