



Derechohabientes del IMSS han perdido más de 100 mil kilos con la estrategia “Pierde kilos, gana vida”

- **Como respuesta a la pandemia por COVID-19, el incremento del sedentarismo y malos hábitos, se desarrollaron medidas emergentes para favorecer un óptimo estado nutricional.**
- **Para prevenir sobrepeso y obesidad, se promueve acudir a la Unidad de Medicina Familiar más cercana y realizarse el chequeo anual PrevenIMSS.**

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) enfrenta importantes retos en el combate al sobrepeso y la obesidad; la carga de enfermedad generada por la pandemia por COVID-19 incrementó el sedentarismo y los malos hábitos entre las familias; como respuesta, se desarrollaron medidas emergentes para romper con esta inercia, se incrementaron las detecciones y diagnósticos oportunos.

Entre las acciones que más destacan está la estrategia “Pierde kilos, gana vida”, mediante la cual la derechohabencia ha logrado sumar una pérdida total cercana a los 100 mil kilogramos; además, se promueven intervenciones que fomentan hábitos saludables y favorecen un óptimo estado nutricional en todos los grupos de edad.

El director general del IMSS, Zoé Robledo, destacó que este 4 de marzo se conmemora el Día Mundial de la Obesidad; resaltó que según datos de la *World Obesity Federation* para el año 2035 habrá un incremento de la obesidad en el mundo: una cuarta parte tendrá esta condición y más de la mitad de la población presentará sobrepeso, un incremento en menos de 10 años del 94 por ciento.

Expuso que en nuestro país el sobrepeso y la obesidad afectan a más del 75 por ciento de las personas adultas y al 35 por ciento de la población infantil; esta enfermedad está asociada con diabetes, enfermedades cardiovasculares, trastornos óseos y algunos tipos de cáncer.

Señaló que entre las recomendaciones del IMSS para el sobrepeso y la obesidad, son beber agua simple, seis a ocho vasos al día; evitar el consumo de refrescos y cualquier otra bebida que contenga azúcar; realizar actividad física 30 minutos al día en el caso de adultos y una hora para niñas, niños y adolescentes; así como modificar la alimentación, aumentar el consumo de verduras y frutas, al tiempo de disminuir aquellos que contengan grasas, carbohidratos y sal.

“Por eso en los módulos PrevenIMSS el personal de salud está brindando siempre evaluaciones del estado nutricional, talla, índice de masa corporal, consejo sobre los tres pilares fundamentales: alimentación, consumo de agua y práctica de actividades físicas”, enfatizó.



Unidad de Comunicación Social

Se informó que el Instituto intensificará las medidas de detección oportuna y derivación de pacientes a los equipos multidisciplinarios con atención en Nutrición, Trabajo Social, Psicología, activación física, así como la referencia oportuna de aquellos que identificados con enfermedades crónicas no transmisibles.

Los servicios de Nutrición del Seguro Social otorgan en promedio un millón 420 mil 598 consultas de manera anual; de acuerdo con datos de la División de Información en Salud, durante 2023 se otorgaron un millón 570 mil atenciones en las cuales se realizó el diagnóstico de obesidad.

En las Unidades de Medicina Familiar (UMF) en el chequeo anual PREVENIMSS se realizan acciones de promoción de la salud, prevención y detección de enfermedades; incluye la medición de peso, talla y el cálculo de índice de masa corporal, que es la relación entre lo que pesa y mide cada persona, a fin de detectar el sobrepeso.

En el momento en que el médico familiar efectúa el diagnóstico de obesidad, valora el estado de salud del derechohabiente, en tanto que la Nutricionista Dietista y el profesional experto en Nutrición realiza una consulta para evaluar el estado nutricional, otorga el plan de alimentación individualizado y brindar orientación en actividad física.

Además, este personal brinda consejería en alimentación saludable en salas de espera e imparte Sesiones de Educativas NutriMSS "Aprendiendo a comer bien" dirigidas a pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles, como diabetes, así como a mujeres embarazadas y en periodo de lactancia, como también a padres o tutores de niños en edad preescolar y escolar.

El equipo multidisciplinario de salud lleva a cabo acciones dirigidas durante el ciclo de vida de los derechohabientes mediante diversos servicios y especialidades en los tres niveles de atención.

---oOo---

LINK DE FOTOS

https://imssmx.sharepoint.com/:f/s/comunicacionsocial/EuiHVL8BGSxEn_IUL6WXIP4BnoCpPWFpdAcOtmpHgE4ABg?e=V94oBO

LINK DE VIDEO

https://imssmx.sharepoint.com/:v/s/comunicacionsocial/EVmYZ_VAavVLsatQOMd29MYBjVLUs9IK3wOc2cm8UZkOcg?e=OCzilG
