ISSN: 2007-5502



Psic-Obesidad

Boletín electrónico de Obesidad desde una perspectiva cognitivo conductual





Psic-Obesidad



Boletín electrónico de Obesidad desde una perspectiva cognitivo conductual

N.R. 04-2010-100813543100-203

ww.zaragoza.unam.mx/psic-obesidad



Contenido

volumen 10, número 38, abril-junio de 2020

- 3 Editorial
- 5 Trabajos de difusión en investigación

Utopías del enfoque por competencias en la educación: alcanzables, inalcanzables, replanteables

M.C. Irais Cleopatra Montiel González, Dr. Jesús Soriano Fonseca



14 F54 Factores psicológicos... [316]

Escenarios de la Salud Mental y Covid-19 en México

Dra. Claudia Teresita Ruiz Cárdenas

19 Acérquese... ricos tamales

Disposición alimentaria y su elección en población infantil

M.C. Dolores Patricia Delgado Jacobo

24 Como, luego existo

Estrategias de afrontamiento en salud pública sobre el sobrepeso y la obesidad

Dra. Raquel del Socorro Guillén Riebeling



La viabilidad del etiquetado frontal en los empaques: una estratega de prevención Lic. Angélica Jiménez Almanza

- 35 Próximas reuniones científicas
- 36 Normas de publicación





Psic-Obesidad está distribuido bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional.

Psic-Obesidad, Año 10, No. 38, abril - junio de 2020, periodicidad trimestral, editada por la Universidad Nacional Autónoma de México con domicilio en Ciudad Universitaria, c.p. 04510, Delegación Coyoacán, México D.F., por la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, domicilio Av. Guelatao No. 66, Colonia Ejército de Oriente, Delegación Iztapalapa, C.P. 09230, Ciudad de México, Tel: 56230612, Correo electrónico: boletinpsicobesidad@yahoo.com.mx, Editor responsable: DRA. RAQUEL DEL SOCORRO GUILLÉN RIEBELING, Reserva de Derechos al uso exclusivo No. 04-2010-100813543100-203, ISSN: 2007-5502, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número: Lic. Azucena Reyo González del Departamento de Comunicación y Difusión Académica de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, Av. Guelatao No. 66, Colonia Ejército de Oriente, Delegación Iztapalapa, C.P. 09230, fecha de la última modificación el día 24 de agosto de 2020. La presente publicación académica es elaborada sin fines comerciales para favorecer la difusión de la información contenida. Son señaladas las referencias de los documentos contenidos en direcciones web que fueron publicados electrónicamente. Los documentos literarios y gráficos incluidos han sido compilados desde sitios de acceso público con la referencia correspondiente. El contenido de los artículos es responsabilidad exclusiva de los autores. Todos los derechos están reservados, en términos de la Ley Federal de Derechos de Autor, y en su caso de los tratados internacionales aplicables. Se permite su uso, reproducción por cualquier medio para fines no comerciales y siempre que se cite el trabajo original.



Directorio UNAM

Dr. Enrique Graue Wiechers Rector

Dr. Leonardo Lomelí Vanegas **Secretario General**

Dr. Luis Agustín Álvarez Icaza Longoria

Secretario Administrativo

Dr. Alberto Ken Oyama Nakagawa Secretario de Desarrollo Institucional

Lic. Arcenio Aguilar Tamayo

Secretario de Prevención, Atención y Seguridad Universitaria

Dra. Mónica González Contró

Abogada General

Dr. Domingo Alberto Vital Díaz Coordinador de Humanidades

Dr. William Henry Lee Alardín

Coordinador de Investigación Científica

Dr. Jorge Volpi Escalante

Coordinador de Difusión Cultural

Lic. Néstor Martínez Cristo

Director General de Comunicación Social

Directorio FES Zaragoza

Dr. Vicente Jesús Hernández Abad Director

Dra. Mirna García Méndez Secretaria General

Dr. José Luis Alfredo Mora Guevara Secretario de Desarrollo Académico

CD. Yolanda Lucina Gómez Gutiérrez Secretaria de Asuntos Estudiantiles

Dra. María Susana González Velázguez División de Planeación y Desarrollo Académico

Mtra. Gabriela C. Valencia Chávez Jefa de la Carrera de Psicología

Mtro, Gabriel Martin Villeda Villafaña Coordinador de Psicología Clínica y de la Salud

Directorio Psic-Obesidad

Dra. Raquel del Socorro Guillén Riebeling **Editora**

Consejo Editorial

Dra. Lucy María Reidl Martinez Facultad de Psicología, UNAM

Dra. Margarita Lagarde Lozano

Facultad de Psicología, UNAM

Dra. Mirna García Méndez

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM

Dr. Marco Eduardo Murueta Reyes

Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM

M.C. Dolores Patricia Delgado Jacobo

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM

Mtro. Pedro Vargas Ávalos

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM

Lic. Felix Ramos Salamanca

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza

Equipo de colaboradores

Lic. Maricruz Morales Salinas

Asistente editorial

Lic. Carlos Raziel Leaños

Diseño de portada

Jefe del Depto. de Publicaciones

Lic. Claudia Ahumada Ballesteros

Diseño y formación de Interiores

Colaboraciones e informes:

55 56 23 06 12

boletinpsicobesidad@yahoo.com.mx raquelguillen2010@gmail.com



Editorial

año 10 número 38

I primer semestre del año 2020, la población mundial se ha encontrado con un poderoso enemigo: el COVID-19 (enfermedad por coronavirus 2019). A diferencia de otros agentes infecciosos malignos, se encuentra fuertemente asociado a la condición de sobrepeso y obesidad, así como a personas con problemas de Diabetes, Hipertensión arterial, tabaquismo y mayores de 60 años de edad. En México, las estrategias de salud pública se han dirigido a evitar aglomeraciones y fortalecer la atención hospitalaria. Al cierre de esta edición, continúa el confinamiento con actividades presenciales restringidas con el incremento del uso de medios digitales alternos, llevándose a cabo algunos trabajos y educación "a distancia". "Quedarse en Casa" con "Su-sana Distancia" incide en varias directrices: Se reduce el contacto social e incrementa la interacción familiar, trabajo a distancia (o en casa) frente al despido laboral o mayor oportunidad de tiempo libre menor ingreso económico. Por último la mayor movilidad social conlleva a una mayor oportunidad de contagio y con él a enfermar con consecuencias letales.

El papel de los profesionales de la salud ha sido fundamental en la atención de la Salud de la población: médicos, enfermeras, laboratoristas, odontólogos, nutricionistas y psicólogos desplegando la más loable labor. Egresados de la UNAM, particularmente de la FES Zaragoza han estado presentes directa e indirectamente con la población afectada. Los profesionales de la psicología se hacen presentes como en otras situaciones de emergencia con acciones profesionales apoyadas en guías, protocolos, artículos científicos, socioculturales y de experiencias propias por otros eventos de catástrofes naturales -como en México, los sismos de septiembre 19 de 1985 y el de 2017-. La psicóloga argentina señala:

"Cuando uno sabe, porque se formó, se capacitó, se entrenó con lo propio y con lo ajeno en las posibilidades y limitaciones de acuerdo a su momento histórico actual, puede intervenir en situaciones de catástrofes con mayor disponibilidad, con mayor calma, con mayor placer, sabiendo que observa, lee, escucha, siente lo propio y lo ajeno y desde allí usa un lenguaje corporal, gestual y verbal adecuado. Genera también por el entrenamiento que tiene EMPATÍA. Así uno puede avanzar en terreno seguro, terreno seguro emocional y terreno seguro físico y social para guardar coherencia en la concepción humana biopsicosocial.

Es importante tener en cuenta dicha concepción ya que ideológicamente uno actúa desde este paradigma y ve el equilibrio/ desequilibrio/ re-equilibrio desde allí. Así podemos transformar lo árido en fértil, en lo emocional, en las respuestas, sembrando una semilla de esperanza..." (Bogomolny, 2017, página 22).

Los psicólogos chilenos señalan:

El Primer Apoyo Psicológico es una de las estrategias de intervención en crisis que tiene por objetivo acoger, contener y/o amortiguar el impacto psicológico generado por el evento crítico a fin de:

- Facilitar que las personas afectadas se estabilicen y estructuren.
- Favorecer que la persona pueda enfrentar los aspectos más urgentes de la emergencia.
- Detectar personas en riesgo, ya sea por sus conductas o por la situación, e implementar medidas de protección, derivación y seguimiento. Y
- Asegurar la integridad de las personas afectadas. (Baloian et al., 2007, página 33).

Todas las intervenciones psicológicas en situaciones de crisis se deben guiar por el principio de la continuidad, es decir, que su objetivo debe ser recuperar y preservar la continuidad de las vidas interrumpidas por el evento catastrófico (JICA, 2017).

El Consejo General de la Psicología de España (2020) proporciona un repositorio de documentos en el área de intervención psicológica en emergencias y catástrofes, organizado en tres apartados: temáticas, legislación y protocolos (COP, 2020).

En México, De la Fuente (2020) puntualiza desde la perspectiva de la Salud y la psicología frente al COVID-19: Me parece que lo que ocurre en muchos lugares, y México no es la excepción, es que la mayoría de las personas no tienen el conocimiento (y no tendrían por qué tenerlo) para saber cómo deben enfrentarse las epidemias, y esto propicia que el miedo, individual y colectivo, se apodere del escenario. Aún la tenue memoria de aquella influenza española de hace 100 años que mató a 50 millones de personas, puede influir en el inconsciente colectivo de muchas personas. Pienso que la solución radica en fortalecer la cadena de confianza ya aludida: políticas públicas que confíen en la ciencia, ciudadanos que confíen en las autoridades públicas que ejecutan dichas políticas, y confianza entre los países, porque esta pandemia requiere urgentemente de mayor colaboración internacional. Nuestra mejor opción es seguir los lineamientos de la Organización Mundial de la Salud. (De la Fuente, 2020).

Por otra parte, el abordaje de la Obesidad ha sido desde la perspectiva sociocultural con el estigma en las personas, aquellas que tendrán mayores posibilidades de contagiarse y de "atraer" al virus COVID-19 y a su vez contagiarlo. Desde el aspecto biológico, la obesidad es uno de los tres factores de riesgo para enfermar de COVID-19, a su vez, el confinamiento propicia el bajo rendimiento físico, el alto consumo de alimentos bajos en nutrientes y en consecuencia, el incremento de población con sobrepeso. La confluencia de ambas pandemias: COVID-19 y Obesidad tiene grandes consecuencias adversas a la salud individual y de la población, sin precedentes.

Gracias a la labor constante de profesionales de la salud psicosocial en la docencia e investigación, el presente número de PSICOBESIDAD contiene las aportaciones sobre la obesidad, psicología y la situación de emergencia provocada por el COVID-19.

La editorial de PSICOBESIDAD lamenta la pérdida de vidas humanas a causa del corona virus SARS-CoV-2 v la Obesidad en México y en el mundo. Hace un llamado a tomar medidas de prevención frente a los riesgos de contagio así como a reforzar los hábitos saludables en alimentación, actividad física y vida emocional.

Referencias

- Bogomolny, J. (2017). Primeros Auxilios emocionales (PAE): Saber hacer. Cuadernos de crisis y emergencias, 16(2), 22-24.
- Williams R. (2006). The psychosocial consequences for children and young people who are exposed to terrorism, war, conflict and natural disasters, Curr Opin Psychiatry, 19(4), 337 - 349.
- Baloian, I., Chia, E., Cornejo, C., y Paverini, C. (2007). Intervención psicosocial en situaciones de emergencia y desastres: quía para el primer apoyo psicológico. Chile: Oficina Nacional de Emergencia del Ministerio del Interior, ONEMI
- Agencia de Cooperación Internacional del Japón (JICA) (2017). Manual para la protección y cuidado de la Salud Mental en situaciones de Emergencias y Desastres. Chile: Agencia de Cooperación Internacional del Japón (JICA)
- Consejo General de la Psicología de España (COP.ES) (2020). Disponible en: https://www.cop.es/index. php?page=GT-AreaPsicologicaEmergenciasCatastrof es-Documentacion. Acceso 08-06.2020
- De la Fuente, J.R. (2020). Covid-19: dos perspectivas. Periódico El Universal, Sección Opinión; 23-03-2020. Disponible en: https://www.eluniversal.com.mx/ opinion/juan-ramon-de-la-fuente/covid-19-dosperspectivas. Acceso 11-05-2020



1. Trabajos de difusión en investigación

Utopías del enfoque por competencias en la educación: alcanzables, inalcanzables, replanteables

Utopias of the competency approach in education: achievable, unattainable, rethinkable

M.C. Irais Cleopatra Montiel González Dr. Jesús Soriano Fonseca

Universidad Autónoma Chapingo cleopatrairais@hotmail.com; jesussoriano51@gmail.com; zyndymontiel@hotmail.com

Resumen

El presente artículo analiza algunas utopías que puede expresar el modelo educativo basado en competencias de acuerdo con el desarrollo histórico de su planteamiento e implementación. Se visualiza la percepción conceptual desde varias disciplinas que la mencionan de lo general a lo particular. Se argumentan las principales posturas ideológicas, científicas y académicas en torno a este modelo educativo; como modelo alcanzable; modelo replanteable y como modelo utópico. Se sostiene que estas posturas tienen algo que aportar para la permanencia y mejora de dicho modelo, dejando un margen siempre presente sujeto a la permanencia interpretativa. Plasmando los resultados de una investigación acción en una institución privada.

Palabras clave: competencias; educación; crítica; utopía; replanteamiento.

Abstract

This article analyzes the different ways that the competency-based educational model can express according to the historical development of its approach and implementation. The conceptual perception is visualized from various disciplines that mention it from the general to the particular. The main ideological, scientific and academic positions around this educational model are argued; as an attainable model; rethinking model and as a utopian model. It is argued that these positions have something to contribute to the permanence and improvement of said model, leaving a margin always present subject to interpretive permanence.

Keywords: competencies; education; review; Utopia; rethinking.

Recibido el 24 de abril de 2020. Aceptado el 29 de junio de 2020.

Introducción

esde su diseño e implementación, la educación por competencias ha tenido diversas eventualidades favorables y cuestionamientos, es decir, sus defensores y críticos; por otro lado, también hay una corriente que fomenta la tolerancia educativa dando cabida a varios enfoques en la educación pero practicando uno de forma mayoritaria.

En los últimos años, el término "competencias" ha irrumpido en el escenario laboral empresarial e industrial, donde refieren la contratación, permanencia y ascenso de personal a quienes posean mayores conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y motivaciones que permitan ser más productivos. Lo anterior es percibido como una afirmación positiva muy recurrente de la importancia educativa de este enfoque, propia de una versión que defiende esta postura (Victorino y Hoffman, 2001).

Al mismo tiempo que la corriente académica y empresarial promueven las competencias como modelo educativo, se han configurado otras dos posturas que pugnan por denunciar al modelo por competencias como un enfoque que no está planteado de forma adecuada, es decir, carece de argumento racional, pedagógico y educativo. La tercer postura, asegura que el modelo por competencias en su mayoría es una mera utopía.

El trabajo realizado centra su análisis en el surgimiento de estas tres posturas en torno del modelo por competencias dentro del diseño, desarrollo y evaluación curricular, sobre todo en la educación básica, media superior y en el sector empresarial.

El trabajo es presentado de acuerdo con la respuesta de los sujetos de estudio y con base en el análisis teórico metodológico del enfoque por competencias desde el panorama internacional, nacional y con base a un proyecto de intervención acción en una institución privada que tenía por objetivo general desarrollar un modelo de gestión bajo el enfoque por competencias que garantizara la calidad educativa en las áreas básicas.

Materiales y métodos

El propósito fundamental de esta investigación fue analizar la organización educativa desde las formas del enfoque por competencias. Para ello fue necesario plantear interrogantes que sirvieran de ayuda en la orientación de la investigación, las cuales fueron las siguientes: ¿Cómo responde a las necesidades educativas actuales el enfoque por competencias?, ¿Cuál es la funcionalidad del enfoque por competencias en la educación?, ¿Cuáles son los fines del modelo educativo por competencias en México y su viabilidad?, ¿Cómo se puede responder a las necesidades educativas actuales?

Para responder a las preguntas planteadas, la investigación se realizó con un enfoque sociológico de corte cualitativo, de tipo analítico, el cual se abordó desde la Etnometodología.

La Etnometodología, de acuerdo con Garfinkel (2016) estudia las propiedades racionales que se expresan dentro de un contexto determinado y la forma en que estas propiedades racionales se derivan en acciones prácticas.

De acuerdo con Firth (2010), la Etnometodología es un razonamiento sociológico que ofrece una perspectiva particular acerca de la naturaleza y el orden social. Para la recopilación de información se recurrió a fuentes institucionales y sujetos de estudio que aportaron su valiosa participación en campo, los cuales fueron: directivos, profesores, así como estudiantes de educación básica. Las técnicas de apoyo para recopilar datos fueron las entrevistas abiertas, observación participante, encuestas y rubricas (Victorino y Hoffman, 2001).

El trabajo de investigación se realizó con un diseño metodológico que incluyó los siguientes aspectos:

- sujetos sociales inmiscuidos en la educación básica.
- sujetos no familiarizados con la educación ni la ciencia.
- análisis del discurso educativo.
- interpretación de datos y extrapolación de argumentos con base teórica y conceptualización.

Con base en los siguientes supuestos:

- El enfoque por competencias en la educación responde a las necesidades educativas actuales.
- Hay propuestas educativas que superan al enfoque por competencias.
- El enfoque por competencias en educación es funcional de la forma en la cual se gestiona su aplicación.

Montiel González, I.C. & Soriano Fonseca, J. Utopías del enfoque por competencias en la educación

- El enfoque por competencias en el sistema educativo mexicano permite conseguir los fines que se plantea.
- Si se visualiza al enfoque por competencias desde la contextualización institucional se logran los fines planteados.

Resultados y discusión

Competencias y sus connotaciones genéricas

El concepto de competencias tiene una multiplicidad de percepciones según la interpretación que hacen los individuos de la sociedad global, misma que tiene un mosaico cultural que la influye desde la ideología, la formación académica y la multiculturalidad. Por esta razón resulta conveniente y fructífero analizar las connotaciones genéricas del concepto competencias desde el plano multidisciplinar rumbo al nivel interdisciplinar.

Diversidad y multiplicidad interpretativa ¿enfoque o enfoques?

El carácter de la interpretación teórica y conceptual del modelo educativo basado en competencias implica una diversidad de enfoques, de acuerdo con ello, lo apropiado es hablar de enfoques por competencias, dado que son varios y no solo uno. Al respecto vale la pena recordar los prejuicios subjetivos, que al hacerlos conscientes es como se puede visualizar con claridad el modelo educativo más aceptado y promovido desde organismos internacionales hasta los planos regionales y locales.

Las competencias educativas desde la psicología (teorías del aprendizaje)

De acuerdo con las ramas de la psicología, las teorías del aprendizaje vienen a representar y significar las competencias como las capacidades cerebrales en su expresión o relación con el concepto de personalidad, dando como resultado los estilos de aprendizaje y la complejidad que encierra su estudio que, al respecto, se destinan teorías con muy diversos argumentos. Normalmente, el punto de vista desde la psicología es considerado con poco sesgo en el análisis, la conceptualización y la teorización, es decir, se considera más cargada hacia el objetivismo (Escaño y de la Serna, 1992).

Las competencias educativas desde la pedagogía

Junto con la psicología, la pedagogía retoma aspectos del conjunto del proceso de enseñanza y aprendizaje para centrarlo en los mecanismos metodológicos complejos

que permiten mejorar la educación, por esta razón, la pedagogía considera el concepto competencias como las herramientas que en su sentido genérico funcionan como medios para acercarse al objetivo de educar, orientar y mejorar la sociedad con la participación los docentes (Delors, 1996).

Las competencias educativas desde la sociología

La competencia como concepto analizado desde la sociología adquiere, por un lado, un carácter subjetivorelativo y por otro, el sentido crítico-social. De acuerdo con ello, el primer carácter del análisis sociológico define las competencias como las capacidades de los seres humanos para desarrollar un trabajo intelectual o físico que, adecuado al contexto social donde se desenvuelven dichos individuos, los más capaces serán quienes estén expuestos a una mayor interacción social que les ponga a prueba con frecuencia (Grundy, 1998).

El segundo carácter de la determinación sociológica conceptualiza las competencias como la configuración de clases, grupos, estratos y conglomerados sociales que aíslan o impulsan la conciencia de las personas. Este último significado alude a una competencia entendida como una capacidad social, mientras que la primera definición refiere más a un desarrollo individual en interacción colectiva (Ausubel y Hanesian, 1983).

Las competencias educativas desde la antropología

La concepción antropológica respecto del término competencias está encaminada hacia una visión históricosocial de sobrevivencia, donde significa capacidad generacional de los seres humanos para adaptarse al medio ambiente natural-social para dar paso a generaciones humanas más fuertes desde el punto de vista sociocultural (Abbagnano, et al., 1964).

Las competencias educativas desde la biología

La biología determina las competencias como la capacidad de respuesta de los organismos a largo plazo, eso significa su capacidad de locomoción y eficiencia de los sistemas que intervienen en las distintas formas de vida en el planeta, por mencionarlo, sería la concepción más genética que la mencionada por Jean Piaget (Gisbert, et al., 2005).

De esta forma, los especímenes más grandes y fuertes no siempre son los más exitosos para perpetuarse en la

7

Psic-Obesidad Vol. 10, Núm. 38, abril-junio de 2020

Montiel González, I.C. & Soriano Fonseca, J. Utopías del enfoque por competencias en la educación

evolución, son los organismos con mejor eficiencia en todos sus sistemas internos y externos los que finalmente están destinados a una continuidad biológica.

Las competencias educativas desde la economía

La visión económica de las competencias menciona a estas como el medio esencial de tipo intelectual y práctico que determina el actuar, pensar y sentir de los seres humanos en sociedad, esto significa que dichos instrumentos o "competencias" determinan el éxito y la percepción social de las personas, aunque este modelo resulta mecanicista, ha tenido uno de los impactos más fuertes en la historia reciente, su adopción disciplinaria y la práctica empresarial parecen demostrarlo, véase el número de estudiantes matriculados en profesiones relacionadas con la economía y administración (ITESM, 2006).

Enfoque por competencias y materialismo histórico

Desde la filosofía materialista el enfoque por competencias; es duramente criticado, porque aunque las competencias aluden a la adquisición de capacidades, destrezas, actitud, sensibilidad y conciencia, el materialismo histórico menciona que no se trata de plantear un modelo sino llevarlo a cabo acorde con la capacidad de transformación de una sociedad, de esta manera, el materialismo histórico define las competencia como un planteamiento fuera de contexto, donde las sociedades para las cuales fue diseñado dicho modelo, no están preparadas socialmente para una transformación de esa naturaleza y si no hay viabilidad no debe tener cabida ni siquiera como utopía dentro de una sociedad critica (Giroux, 1999).

El enfoque por competencias percibido como modelo educativo alcanzable

Pertinencia dentro del mundo globalizado, ¿En qué medida se puede estar fuera de la mundialización de la educación?

Deacuerdo con estavisión, el modelo basado en competencias es un enfoque que reúne todas las características educativas apegadas a una sociedad mundializada por el consumismo y la visión empresarial (Argudín, 2005).

Esta visión recupera la realidad de muchas naciones del mundo que requieren primero una autoconciencia sobre su misma realidad, ya que no pueden salirse del modelo educativo al que tanto critican, cuando el problema es productivo y económico. Esto no quiere decir que el modelo educativo por competencias justifique todo, sino que es pertinente porque hay una realidad social que requiere ese tipo de modelo (CINTEFOR, 2001).

Hasta aquí es claro que la globalización como fenómeno mundial requiere sin medida, una cantidad enorme de productividad de bienes y servicios que si bien no es justo para muchos países, no pueden quedarse fuera de la comunidad global porque la reacción de los países capitalistas es el aislacionismo (Delors,1996).

Los modelos educativos los imponen los organismos internacionales, mismos que son conducidos por las grandes potencias mundiales que financian la educación, a muchos países con insuficiencia presupuestaria no les queda mayor remedio que acatar el modelo por competencias en la educación y que de cierta forma puede ayudar a que el país remonte productivamente y se determine a sí mismo (Malagón, 2005).

Acorde a la realidad laboral tecnológico-empresarial

Una realidad observable es que el modelo por competencias fue diseñado para aumentar la eficiencia productiva e incentivar que las personas compitan entre sí para los pocos espacios que hay en el campo laboral, antes de ser una crítica es un acierto que dicho modelo se ajusta para responder a los cambios tecnológicos y comerciales. Por ello es notoria la oferta educativa en estos campos de la sociedad y la economía (ITESM, 2006).

Enfoque visto como modelo integral e interdisciplinario

Como producto de la alta diversidad de la demanda laboral empresarial y tecnológica, el modelo por competencias se ha desarrollado de forma impresionante en numerosos estados-nación, generando con ello ofertas integrales y que tienden hacia el carácter interdisciplinario de esta forma de educación. También ha dado frutos favorables socialmente, dado que las personas deciden cómo emplear dicha formación bajo este modelo (OCDE, 2016).

El enfoque por competencias visto como modelo educativo insuficiente o replanteable

Diversos argumentos se han vislumbrado en torno al modelo educativo basado en competencias, de ahí que siempre haya corrientes académicas que no estén de acuerdo con dicho modelo y que, al respecto emitan una crítica de diversa índole.

Enfoque por competencias y capitalismo

Desde la academia se han originado numerosas críticas que consideran al modelo educativo basado en competencias como deficiente en su filosofía educativa, esta corriente surge de los espacios universitarios, esencialmente de profesores que gozan de la libertad de cátedra en toda su extensión (llámese filosofía y letras, sociología, antropología) incluso los de otras disciplinas que son partidarios de una educación crítica (Tyler y Vedia, 1973).

Argumento más sólido de esta corriente crítica relaciona el modelo educativo por competencias como el modelo para el fortalecimiento del capitalismo y al servicio de este último, satanizando sus prácticas metódicas en la pedagogía (Ruiz, 1996).

Cabe destacar que dentro de estas corrientes críticas del modelo de competencias hay una clasificación, consiste en una postura moderada y otra radical, la primera considera al modelo como replanteable, mientras que la segunda postura lucha por erradicar el modelo por competencias (Castañeda, 2003).

Lo más fuertemente aceptado en análisis estadístico y trabajo de análisis teórico son las propuestas sobre el replanteamiento del modelo por competencias, de tal forma que se ajuste a las necesidades de los sujetos a quienes se pretende educar y que, de acuerdo con una filosofía más puntual se hagan las modificaciones correspondientes en todos los niveles educativos, incluso de la formación docente (Asunción, 2001).

Enfoque por competencias y positivismo

Otra relación recurrente por los críticos de la educación es la relación positivismo-modelo por competencias, expresado como un vínculo despectivo hacia las prácticas y fundamentación del modelo educativo; surgió desde los organismos internacionales y fue adoptado por la mayoría de los países miembros de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE).

El centro de la crítica consiste en considerar las competencias como no profesionales, sin seriedad, sin alcance ni fundamento científico, tal cual es considerado el positivismo por una corriente de critica extrema dentro del campo de las ciencias sociales y la filosofía de la historia educativa (Barraza, 2016).

Enfoque por competencias y su relación con el productivismo-consumismo

La percepción crítica de algunos sectores académicos universitarios considera también al modelo por competencias como el desarrollo y fortalecimiento del modelo empresarial que tiene como finalidad el impulso de las ventas de las mismas empresas que financian este tipo de educación (Gisbert, et al., 2005).

El argumento esencial de esta vertiente consiste en visualizar el Banco Mundial (BM) y el Fondo Monetario Internacional (FMI) como los principales impulsores de este modelo educativo, con la finalidad de que toda la educación de los países afiliados a estos organismos adecuen sus políticas de acuerdo con los requerimientos profesionales y laborales que llevarán a impulsar la productividad de las empresas e industrias (Iglesias, 2005).

Aunque en numerosos aspectos de los sectores económicos, la apariencia nos vende un desarrollo productivo, comercial y económico de progreso y adelanto, atrás de ello existen condiciones de sobrexplotación de los recursos naturales y explotación de personas, por ello, numerosos pedagogos y estudiosos de los modelos educativos sostienen que el modelo por competencias genera desigualdad social y depredación ambiental, lo cual se traduce en una inviabilidad como raza humana, lo que es igual a un fracaso en la educación practicada (González - Pineda, et al., 2002).

Enfoque por competencias y privatización de la educación

Uno de los aspectos más controversiales que obligan de cierto modo a repensar y replantear la educación basada en competencias es el hecho de que los estados-nación implicados en este modelo promueven fuertemente la privatización de la educación, hecho que en numerosos lugares es una realidad, dado que se cobran cuotas altas por conceptos básicos como la inscripción semestral (Escaño y de la Serna, 1992).

Desde su creación, el modelo educativo basado en competencias no ha tenido buena aceptación y esa razón es porque surgió en el contexto del remontar del neoliberalismo como modelo económico mundial, el cual plantea el libre cambio comercial entre países (Echavarría y De los Reyes, 2017).

Montiel González, I.C. & Soriano Fonseca, J. Utopías del enfoque por competencias en la educación

Todo ello apoyado en sincronía por un modelo educativo que fuera capaz de llevar a las personas a competir entre sí, para más tarde considerar como desechables a las que no cumpliesen los estándares solicitados por los grandes consorcios. Si bien, hay cosas rescatables, pero las cuestiones como las que se mencionan, no dejan de ser motivos para replantear y reconfigurar el modelo educativo por competencias (Díaz y Hernández, 2002).

¿Insuficiente, replanteable o necesaria una estrategia para el aprendizaje del sujeto en relación con su entorno?

Vivimos un cambio de época, con diversos procesos internacionales y nacionales que tienen consecuencias locales, como la democratización del acceso a la educación superior y la consecuente multiplicación de ofertas educativas e institucionales. Con mucha frecuencia se habla de la necesidad de innovación en el ámbito educativo, pero las propuestas son escasas y estas se diluyen sin concretarse en la práctica (Camacho, et al., 2008).

El sistema de Enseñanza Modular basa su estructura curricular en objetos de transformación que a su vez se amalgama con los conceptos de interdisciplina y grupo operativo. Esto se describe en tres etapas históricas: la emergente o proceso instituyente, la formativa o proceso de institucionalización y su consolidación, con algunas reflexiones en torno a un balance general del sistema en la actualidad. En este sentido es importante destacar que el sistema de enseñanza modular asocia a las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), punta de lanza de la revolución tecnológica en materia de información, enseñanza y aprendizaje (Padilla de la Torre, 2012).

Según Ehrlich (2006) en este modelo se encuentran los efectos del movimiento de la reforma pedagógica en la década de los setenta y se plantea en el ámbito internacional por organismos como la UNESCO.

Esta propuesta resume su experiencia a través de sus principios de operación, los cuales abarcan los siguientes elementos:

- Vinculación de la educación con los problemas de la realidad.
- Relación teoría práctica.

- Organización global de las unidades de enseñanza aprendizaje (módulos), en torno a los problemas de la realidad, cuyo estudio se aborda de manera interdisciplinaria.
- Participación activa de los estudiantes en su formación.
- Modificación del trabajo del profesor, convirtiéndose en coordinador de los procesos de enseñanza aprendizaje (Ehrlich, 2006).

Se considera al docente como coordinador y orientador del proceso de enseñanza-aprendizaje y al alumno como sujeto activo y participativo, responsable de su propio proceso de aprendizaje. La interacción docente-estudiante se enmarca en una metodología activo-participativa que se caracteriza por:

- Propiciar el desarrollo de la actitud crítica y propositiva del educando hacia la sociedad.
- Respetar y fomentar el desarrollo de las potencialidades individuales del educando.
- Inculcar valores, principios éticos, humanísticos y científicos.
- Fomentar la colaboración grupal y la sana competencia.
- Fomentar el sentido de responsabilidad y el hábito del trabajo.
- Buscar la vinculación de la teoría con la práctica.
- Propiciar el intercambio de conocimientos teóricos y prácticos con otras disciplinas.
- Generar una cultura de estudio independiente y autodirigido en los estudiantes con el propósito de crear cuadros capaces de actuar autónomamente y orientados a dar solución a los problemas de su entorno.
- Postular que el profesor debe asumir su rol de líder del proceso educativo y reconocer sus limitaciones para buscar su formación y superación académica Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM, Químico Farmacéutico Biólogo (QFB, 2019).

Además, el sistema modular plantea una ruptura teórica con el paradigma clásico que se ha enseñado por disciplinas, en el cual los estudiantes asisten a clases para aprender por medio de materias aisladas sin relación entre ellas y adquieren ciertos conocimientos de manera acumulativa, sin entender, la mayoría de las veces la relación existente entre una asignatura y otra y mucho menos la aplicación integral de estas a un problema de la realidad.

El sistema de enseñanza por módulos, propone una nueva forma de ordenar los conocimientos y con ello define la enseñanza a partir de su vinculación con la realidad, donde estos se convierten en objetos de estudio, conocidos como objetos de transformación, esto permite que el docente y los estudiantes conozcan, discutan y experimenten, por ellos mismos, los diversos elementos que intervienen en el proceso de construcción del conocimiento (Arbesú, 2006).

El enfoque por competencias como modelo educativo utópico

Tal como su significado lo describe, la utopía es un pensamiento o conjunto de ideas que por su naturaleza no pueden ser alcanzados o posibles, más bien fueron planteadas con intención estética o como simple referente deseable dentro de las metas de la educación (Coll y Gotzen, 2003).

Conceptos sin base filosófica

Para numerosos estudiosos de la filosofía de la educación, el modelo basado en competencias carece de sustento teórico-filosófico, ya que contempla metas y objetivos no solo pretenciosos sino inalcanzables (Álvarez, 2000). Otro fundamento que la filosofía educativa y sus críticos rechazan es la duplicidad de objetivos maquillados, ello significa que varios de sus objetivos planteados no son nuevos, son los mismos que modelos pasados solo dichos de otra manera lo cual los convierte en planteamientos poco serios según la filosofía, la cual se plantea la reflexión y solución de problemas trascendentales dentro de un mundo cambiante y complejo (Anijovich, et al., 2004).

Enfoque sin base histórica

Una crítica demoledora que los historiadores y sociólogos realizan en contra del modelo basado en competencias, es la carencia de contexto histórico en sus planteamientos, ello significa que existe de por medio una intención clara de desvincularse de las raíces y también se distingue la firme intención de adoptar los modelos extranjeros, cuestión no aceptable para aquellos que logran visualizarlo (Asunción, 2001).

Por tanto, un modelo educativo que no contempla el valor de la historia de un país, ni la historia en sí misma como generadora del presente, entonces es un modelo educativo irrealizable y utópico (Abbagnano, et al., 1964).

Métodos sin posibilidad de resultado (decir, no es lo mismo que hacer)

Con estudios realizados, lo que convierte al modelo basado en competencias en utopía es la imposibilidad para presentar resultados reales de lo que se plantea, porque si bien es cierto, numerosos indicadores y métodos para "medir la calidad" de la educación impartida son exagerados y descontextualizados (Giroux, 1999).

Por otro lado, se observa que las evidencias se entregan y se da "cumplimiento" con las secuencias didácticas diarias, pero ello no es evidencia del aprendizaje. De igual forma, si los métodos no son adecuados y la evidencia se toma como indicador de aprendizaje, definitivamente es un modelo educativo utópico, pero el problema no es que sea utópico, porque hasta las utopías suelen tener su parte bondadosa, lo inconcebible es considerar este modelo como realizable (Grundy, 1998).

Conclusiones

La naturaleza del modelo basado en competencias surge en el contexto del neoliberalismo como respuesta de adaptación económica más que social al ámbito educativo, sus diseñadores trataron con reconocido mérito integrar todos los elementos teórico-pedagógicos, pero aun con esa gran cobertura, numerosos elementos pueden ser replanteados de acuerdo con una realidad de carácter sociocultural local, esta adecuación es posible porque los sistemas organizados de la educación cuentan con una estructura docente y pedagógica a la altura de estos ajustes. Por otro lado, es menester señalar que deben identificarse y anular aquellos elementos que representen objetivos inalcanzables por la racionalidad practica en el proceso de enseñanza y aprendizaje de todos los niveles educativos con la finalidad de poder lograr la educación.

Las posturas en la educación son siempre la expresión de la naturaleza del pensamiento humano, su diversidad cultural y su multiplicidad práctica. Resulta conveniente señalar que cuando existen observaciones, críticas y aciertos del modelo educativo basado en competencias, significa que hay un trabajo que mejorar, planteamientos que sostener y elementos que deben suprimirse, lo anterior se menciona esencialmente porque el ser humano que practica la educación siempre lo hace en colectivo y los colectivos siempre tienen como característica, lo subjetivo, lo relativo y lo objetivo. Del equilibrio de los elementos

sociológicos, pedagógicos, psicológicos e ideológicos son los que finalmente van a determinar que el fracaso, el estancamiento o la permanencia de un modelo complejo como el modelo educativo basado en competencias.

Es más fácil encontrar análisis, descripciones, informes y estudios muy sofisticados que propuestas tangibles llevadas a la práctica para perfeccionar el proceso educativo. La necesidad del perfeccionamiento para obtener estructuras más dúctiles en el proceso de enseñanza-aprendizaje con el fin de romper la división tradicional de los contenidos en años escolares, la modularización de la formación, no constituye un nuevo medio pedagógico, es simplemente una organización didáctica que distribuye los elementos del conocimiento, teóricos y prácticos en unidades más simples y autosuficientes.

El aprendizaje a lo largo de toda una vida debería partir de una estrategia idónea para que el futuro técnico o profesionista, pueda desarrollarse con éxito en una realidad tangible de su entorno con todos los factores, actores y determinantes sociales que lo involucran y así coadyuven al desarrollo de su país, esto solo sería posible si cada sujeto social aprendiera a aprender.

Los modelos educativos deben de ser vigentes y pertinentes para generar individuos que busquen, seleccionen y apliquen la información de manera responsable para la resolución de los problemas cotidianos con una actitud crítica que dé respuesta a las demandas de la sociedad actual.

Se trata de la necesidad imperante de una educación vinculada a la vida y partir de realidades concretas estudiadas para desarrollar modelos de gestión académica institucionales.

Referencias

- Abbagnano, N., Visalberghi, A. y Campos, J. H. (1964). *Historia de la pedagogía*. México: Fondo de cultura económica. (04).
- Álvarez, L. (2000). *Hipertexto: Una estrategia para comprender. España:* Editorial Ciencias de la Educación Preescolar y Especial.
- Anijovich, R., Malbergier, M.y Sigal, C. (2004). *Una Introducción a la Enseñanza para la Diversidad. Argentina:* FCE.

- Arbesú, M. (2006). Los portafolios en la evaluación formativa de la docencia. Revista Política y Gestión. México: UNAM Xochimilco. (13).
- Argudín, Y. (2005). *Educación basada en competencias: Nociones y antecedentes*. México: Trillas.
- Asunción, M. (2001). Actitudes: de la sensibilización a la acción. Compilación: Reflexiones sobre educación ambiental. España: Organismo Autónomo Parques Nacionales y Ministerio de Medio Ambiente.
- Ausubel, N. y Hanesian, D. (1983). *Teoría del aprendizaje significativo*. *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. México: TRILLAS.
- Barraza, J. (2016). El trasfondo del enfoque por competencias en México. México: Morata.
- Camacho, H., Casilla, D. y Finol, M. (2008). *La indagación: Una estrategia innovadora para el aprendizaje de procesos de investigación.* Laurus. 14 (26) ,284-306.

 Venezuela. [fecha de Consulta 13 de Abril de 2020].

 ISSN: 1315-883X. Disponible en: https://www.redalyc.
 org/articulo.oa?id=761/76111491014
- Castañeda, J. (2003). *Habilidades académicas*. México: McGraw- Hill.
- CINTERFOR, (2001). Formación basada en competencias en América Latina y el Caribe. Montevideo: OIT.
- Coll, C. y Gotzens, C. (2003). *Psicología de la instrucción: La enseñanza y el aprendizaje en la Educación Secundaria.*Barcelona: Horsori.
- Delors, J. (1996). Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI, presidida por JACQUES DELORS La Educación Encierra un Tesoro. España: UNESCO.
- Díaz, F. y Hernández, G. (2002). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. México: McGraw-Hill. (2).
- Echavarría, L. y De los Reyes, C. (2017). El modelo de educación basada en competencias: genealogía, análisis y propuestas. México: CINVESTAV.
- Ehrlich, C. (2006). *The EFQM-model and work motivation*. Total Quality Management & Business Excellence. (17) (2).
- Escaño, J. y de la Serna, M. G. (1992). *Cómo se aprende y cómo se enseña*. Barcelona: HORSORI EDITORIAL. (9).
- Firth, A. (2010). *Etnometodología. Discurso y sociedad*. Newcastle University. (4). (3).
- Garfinkel, H. (2016). *Estudios de Etnometodología*. México: Anthropos.
- Giroux, H. (1999). *Teoría y resistencia en educación: una pedagogía para la oposición*. México: Siglo XXI.

Obesidad 📝

Montiel González, I.C. & Soriano Fonseca, J. Utopías del enfoque por competencias en la educación

- Gisbert, D. D., ROIG, A. E. I., Roig, M. F., Casanova, I.G., Hernandez, E.L., Guerrero, A. M., y Ferrer, D. P. (2005). *Aprender autónomamente. Estrategias didácticas*. Grao (34).
- González Pineda, J. A., Núñez, J. C., Álvarez, L. y Soler, E. (2002). Estrategias de aprendizaje. Concepto, evaluación e intervención. Pirámide, 151-179. Madrid.
- Grundy, S. (1998). *Producto o praxis del currículum*. Madrid: Morata.
- Iglesias, R. (2005). *Propuestas didácticas para el desarrollo* de competencias a la luz del nuevo currículum de preescolar. México: Trillas.
- ITESM (2006). *Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, Excelencia Educativa*. México: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores Monterrey.

- Malagón, G. (2005). Las competencias y los métodos didácticos en el jardín de niños. México: Trillas.
- OCDE, (2016). *Informe ejecutivo sobre la SEDECO*. México: Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico.
- Padilla de la Torre, M. (2012). *Ciudadanía identidades y prácticas mediáticas en la ciudad*. México: UAQ.
- Químico Fármaco Biólogo, (2019). Plan de estudios Fes Zaragoza, México: UNAM.
- Ruiz, J. (1996). *Teoría del currículum: diseño y desarrollo curricular*. Universitas.
- Tyler, R. W., y Vedia, E. M. (1973). *Principios básicos del currículo*.Troquel. 370 (9).
- Victorino, L. y Hoffman, D. (2001). *Nuevos futuros para la educación agrícola superior*. Convergencia (15). (47).





2. F54 Factores psicológicos... [316]

Escenarios de la Salud Mental y Covid-19 en México

Scenarios of Mental Health and Covid-19 in Mexico

Dra. Claudia Teresita Ruiz Cárdenas

UNAM, Facultad Estudios Superiores Zaragoza Centro Comunitario de Salud Mental Cuauhtémoc, SAP

claudiatruiz@hotmail.com

Resumen

En diciembre de 2019, ocurrió un brote de una nueva neumonía por coronavirus en Wuhan, China. A principios de 2020, la enfermedad por el nuevo virus (SARS-Cov -2) comenzó a extenderse con aumento de los casos confirmados y de los fallecimientos se extendió por todo el mundo. El impacto de la pandemia causada por el virus va más allá del espectro de manifestaciones clínicas propias de la enfermedad, las cuales pueden variar desde un curso asintomático, a la presencia de tos, fiebre, dificultad para respirar hasta neumonía grave con síndrome de dificultad respiratoria aguda y muerte. La aparición de este nuevo virus ha cambiado radicalmente y en muy poco tiempo el modo de vida y la economía de prácticamente todo el mundo, enfrentando a la humanidad a una realidad a la que no estamos preparados. Luego de la declaración de emergencia sanitaria global, se presentó un aumento de emociones negativas tales como tristeza, miedo, y desesperanza. Además de alteraciones psicopatológicas como ansiedad, depresión, estrés postraumático y trastornos mentales preexistentes. Este contexto generó un comportamiento errático entre las personas, debido a las especulaciones y el desconocimiento sobre el modo de trasmisión de la enfermedad, sin tratamiento efectivo y sin vacuna. Por otro lado, la cuarentena reduce la disponibilidad de intervenciones psicosociales oportunas y de asesoramiento psicoterapéutico. Entre los elementos que deben tomarse en cuenta para evaluar la respuesta psíquica ante el COVID-19, están la estructura de personalidad, las redes de apoyo, los factores sociodemográficos, las demandas sociales y laborales. Asimismo, fue necesario el cambio repentino de paradigma en el uso de la tecnología digital con sistemas alternativos en la comunicación, la enseñanza, la prestación de servicios de salud, el trabajo y la economía, a fin de promover la continuidad en los diferentes escenarios de la vida social del país.

Palabras clave: COVID -19; pandemia; Salud-mental; emociones; impacto psicosocial.

Abstract

In December 2019, an outbreak of a new coronavirus pneumonia occurred in Wuhan, China. At the beginning of 2020, the disease caused by the new virus (SARS-Cov -2) began to spread with an increase in confirmed cases and deaths spread throughout the world. The impact of the pandemic caused by the virus goes beyond the spectrum of clinical manifestations of the disease, which can vary from an asymptomatic course, to the presence of cough, fever, shortness of breath, to severe pneumonia with respiratory distress syndrome. acute and death. The appearance of this new virus has radically changed and in a very short time the way of life and the economy of practically everyone, confronting humanity with a reality for which we are not prepared. After the declaration of a global health emergency, there was an increase in negative emotions such as sadness, fear, and hopelessness. In addition to psychopathological alterations such as anxiety, depression, post-traumatic stress and pre-existing mental disorders. This context generated erratic behavior among people, due to speculation and ignorance about the mode of transmission of the disease, without effective treatment and without a vaccine. On the other hand, quarantine reduces the availability of timely psychosocial interventions and psychotherapeutic counseling. Among the elements that must be taken into account to evaluate the psychic response to COVID-19, are the personality structure, support networks, sociodemographic factors, social and work demands. Likewise, a sudden paradigm shift was necessary in the use of digital technology with alternative systems in communication, education, the provision of health services, work and the economy, in order to promote continuity in the different scenarios of employment. the social life of the country.

Keywords: COVID-19; pandemic; Mental-health; emotions; psychosocial impact.

Recibido el 27 de mayo de 2020. Aceptado el 19 de agosto de 2020.







Ruiz Cárdenas, C.T. Escenarios de la Salud Mental y Covid-19 en México

n el contexto internacional la pandemia COVID-19 Erepresenta una crisis global sanitaria, económica y social. Se trata de un microorganismo (SARS-Cov-2) intangible e inobservable a simple vista, que amenaza la salud física hasta el grado de poder ocasionar la muerte, con una tasa de letalidad aproximada del 3% y de fácil trasmisión (1). Un virus del cual, no existe evidencia científica aún de tratamiento eficaz y una vacuna hasta este momento, sin embargo, la ciencia realiza su mayor esfuerzo para contrarrestar los estragos del Coronavirus y lograr la vacuna.

México es un país con más de 119 millones 530 mil 753 habitantes (2), situado en el subdesarrollo, con una población en pobreza del 43.6% en 2016 de acuerdo con la medición del Consejo Nacional de Evaluación de Política de Desarrollo Social (CONEVAL) (3). Se caracteriza por una sobrepoblación, marginalidad, violencia, delincuencia y criminalidad.

En México la meta de reducir pobreza extrema y pobreza se estima para el año 2035, según datos reportados en 2018 por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (4). La estimación se fundamenta en el hecho de mantener el desempeño histórico en materia de crecimiento y reducción de la desigualdad en el país.

Los servicios de Salud presentan algunas deficiencias de infraestructura, equipo médico, suministros y falta de personal médico y enfermeras, creadas en el transcurso de décadas. Bajo este panorama COVID-19 se realizan grandes esfuerzos, a fin de contrarrestar los rezagos y desarrollar una plataforma de servicios acorde a la expectativa de necesidades en materia de salud, lo cual, constituye un reto, no sólo para los servicios de salud y la economía, sino para la sociedad misma en su conjunto, que debe preservar la salud a partir de las indicaciones que el Gobierno Federal señala mediante la Secretaría de Salud y con ello, también evitar el deterioro de la economía Nacional.

Entre los individuos más vulnerables están las personas en situación de calle, los inmigrantes varados por cierre de fronteras, enfermos mentales y ancianos solos o sin cuidadores, incapaces de resguardarse de un posible contagio bajo la propuesta de prevención "Quédate en casa". Asimismo, existen otras poblaciones susceptibles

al contagio, son aquellas personas que deben salir de casa para traer el sustento económico de la familia, con lo cual, existe el riesgo también de contagiar a los miembros de la familia; y por supuesto, la población de municipios de marginación con áreas urbanas pequeñas de población indígena y escasa infraestructura de salud (5). Sin embargo, las indicaciones de prevención sobre la sana distancia, lavado de manos y la higiene de objetos y productos de consumo son esenciales para promover el autocuidado de la salud como una responsabilidad social. Sin embargo, en algunas situaciones de extrema marginalidad, dichas indicaciones no están al alcance de la población.

El confinamiento mantiene una condición de estrés persistente en el desarrollo de las actividades diarias que en muchos casos han sido reducidas, a casi a nada, en comparación a las actividades de su vida cotidiana con modificaciones en la dinámica familiar, laboral, educativa y social. Donde la integridad física y mental se ven amenazadas, coexistiendo el miedo y la ansiedad latente.

El término de estrés constituye una respuesta fisiológica del cuerpo ante una serie de estímulos llamados estresores, los cuales pueden estar en el medio externo (6,7). El estrés es una respuesta negativa que genera un desequilibrio en las personas debido al nivel de presión y la capacidad de afrontar determinadas situaciones que afecta el funcionamiento psicológico y fisiológico (8).

La Organización Mundial de Salud y la Organización Panamericana de la Salud en la Guía Técnica de Salud Mental en Situaciones de Desastres y Emergencias, señala que el sufrimiento, el dolor, y la necesidad de apoyo emocional son condiciones que afectan a la mayoría de las personas y se consideran respuestas psicológicas naturales y transitorias ante eventos traumáticos significativos. Sin embargo, para una minoría de la población, la extrema adversidad provoca manifestaciones mentales francamente patológicas como trastornos depresivos, estrés agudo, trastornos de estrés postraumático y duelo prolongado. También las personas con condiciones preexistentes severas como psicosis, discapacidad intelectual y epilepsia se convierten en más vulnerables. Además, el uso excesivo de alcohol y drogas plantean serios riesgos para la salud e incrementa la violencia en sus diferentes modalidades (9).

Las condiciones de estrés que en la actualidad existen a partir de la contingencia, en particular los casos que están desarrollando escenarios de violencia doméstica, estarán asociados a las dificultades interpersonales, consumo de drogas y crisis económica, que un gran número de familias presentan, ya sea la violencia de pareja o el maltrato infantil con conductas de ira, enojo y rabia, pudiendo llegar a al extremo de atentar contra la vida personal o del otro. De acuerdo con la OMS, también, se exacerban las psicopatologías en aquellas personas con trastornos mentales preexistentes (9) (Tabla 1).

Las personas mayores de 60 años también han sido reportadas de alto riesgo, pues las posibilidades de recuperación del COVID-19 son significativamente menores en comparación a otros grupos poblacionales dado el proceso de envejecimiento y la existencia de algunas enfermedades como la hipertensión arterial, diabetes y obesidad. Se agrega el aislamiento social y con ello, la falta de apego familiar emocional y afectivo, así como la carencia o dificultad de proporcionar los cuidados que gran número de personas mayores requieren. Es ocasiones bajo este escenario de distanciamiento social, puede ser que surja la sensación de abandono y en consecuencia la depresión, frente al espacio vacío de la relación interpersonal y la falta de expresiones afectivas, que puede llegar a sentimientos de desesperanza. Bajo estos escenarios la comunicación interpersonal a distancia adquiere un papel fundamental para mitigar la soledad. Sin embargo, lamentablemente muchos ancianos no cuentan con el apoyo familiar o redes de apoyo que les permita afrontar dicha crisis.

La experiencia de una grave crisis por COVID-19 en Italia, reporta que los pacientes con patologías preexistentes al momento de ingresan al hospital son: con 0 patologías 3.6%, 1 patología preexistente 14.4%, 2 patologías preexistentes 21.1% y 3 o más patologías preexistentes 60.9%. En cuanto a la sintomatología se reporta que presentan fiebre el 75%, disnea 72%, tos 38%, diarrea 6% y hemoptisis 1% (10). Por tanto, quienes saben que cuentan con un historial patológico se enfrentan a un mayor riesgo y temor del contagio.

No sólo la expresión de riesgo a la que se ven expuestos los individuos en el contacto interpersonal a pesar de la "sana distancia" genera estrés, el contacto con los objetos en las diferentes superficies contaminadas que puede llegar a durar de 42 a 72 horas dependiendo del tipo de material. Lo que da lugar a considerar que ninguna superficie puede estar libre de virus. Siendo necesaria la descontaminación de toda superficie de objeto. Los miedos a la contaminación obsesivoscompulsivos, como es el miedo a contaminarse a través de las acciones propias o de otros, o el miedo a entrar en contacto con algún virus están presentes, como lo señala la International Obsessive Compulsive Disorder Foundation en 2015 (11).

Así, los síntomas de ansiedad frente al temor de salir y ser contagiado al tocar alguna superficie, serán situaciones que estarán presentes en los individuos por un tiempo considerable. Además, aquellas personas que sobrevivan a una hospitalización deberán aprender a vivir con las secuelas que pueden ocasionar el daño en diferentes órganos, no sólo en las vías respiratorias, sino en órganos

TABLA 1. El impacto de los desastres en la morbilidad por trastornos mentales.

Trastornos mentales y reacciones de estrés	Antes del desastre Prevalencia 12 meses	Después del desastre Prevalencia 12 meses
Trastornos mentales severos (ej., psicosis, depresión severa, trastorno de ansiedad gravemente incapacitante).	2 - 3%	3 – 4%
Trastornos mentales ligeros o moderados (ej., trastorno de depresión y ansiedad ligeros o moderados	10%	15 – 20% (se reduce con el tiempo)
Reacciones de estrés "normal" (no trastorno)	No hay estimación conclusiva	% alto que se reduce sustancialmente con el tiempo

Fuente: van Ommeren et al. (2005) (12) Traducción de la autora.

Ruiz Cárdenas, C.T. Escenarios de la Salud Mental y Covid-19 en México

como el corazón, los riñones y los vasos sanguíneos, alteraciones que están en estudio. Así como el posible efecto emocional o psicológico que pueda impactar en el individuo, como por ejemplo el trastorno de estrés postraumático, entre otros.

Se presentará el duelo de las personas que han perdido sus fuentes de ingreso económico, la pérdida del trabajo necesarios para la sobrevivencia en el trascurso de la contingencia, lo cual podría estar asociado a la depresión, la irritabilidad del estado emocional y la violencia doméstica. Aunado quizás, a la dificultad de procesar el duelo imprevisto ante la pérdida de un ser querido a causa de la pandemia.

El personal de salud no se encuentra exento de presentar sintomatología mental ante las situaciones de crisis por COVID-19, es posible observar trastornos emocionales y de conducta. El personal, se encuentra en una condición de estrés extremo, pues se encuentra en riesgo no sólo a causa del virus y las jornadas extenuantes de trabajo, se agrega las agresiones y discriminación de las cuales han sido objeto en las últimas semanas, siendo necesario promover una cultura de respeto interpersonal no sólo al personal de salud, sino en general en la convivencia social.

COVID 19, representa la posibilidad de transformar la experiencia de vulnerabilidad, en oportunidad y creatividad en el desarrollo de nuevas alternativas para el desempeño laboral, educativo y ocupacional. Siendo el presente trabajo la apertura a la búsqueda de opciones para resolver algunas de las necesidades existentes en salud mental.

La experiencia de COVID-19 y la posibilidad de una epidemia estacional, implica el cambio de paradigma en la prestación de Servicios de Salud Mental al desarrollar un modelo alterno en situaciones de crisis o emergencia. Se trata de crear una plataforma digital con aplicaciones a diferentes ámbitos de la salud mental con repositorios donde puedan consultarse presentaciones de diapositivas como podrían ser técnicas de relajación, y sitios web que den infografías sobre estrategias a seguir sobre las sintomatologías más frecuentes ante las situaciones de crisis o emergencia. Aplicaciones que permitan dar atención psiquiátrica y/o psicológica a distancia y cuando

ello no sea posible por falta de recursos tecnológicos, la creación Unidades o Módulos de atención digital que permita acceder con una clave (CURP) a la consulta psiquiátrica y psicológica a distancia.

En la consulta a distancia, en caso de que los usuarios requieran tratamiento farmacológico, las recetas podrán ser emitidas con una firma digital registrada con los datos del médico tratante y los datos del usuario, lo que permitirá un mayor control en el suministro de fármacos en correspondencia con las farmacéuticas.

Los Servicios de Salud Mental podrán brindarse de forma no presencial ante situaciones de crisis y emergencia, ya sea por una pandemia o desastres naturales, proporcionando el tratamiento psiquiátrico, psicoterapéutico y psicosocial a los usuarios.

A manera de conclusión, se parte del principio que la salud es un derecho y es a su vez un fenómeno social y que no puede ser resuelto en el contexto de la atención individual. Las acciones deberán extenderse a nivel colectivo de forma masiva para garantizar la Salud y considerando la prevalencia de las diferentes enfermedades y necesidades en materia de salud característicos de la población mexicana. Por ello, es fundamental que exista un Canal Nacional televisivo y radiofónico destinado exclusivamente a la Salud tanto física como mental a fin de promover el bienestar de la población nacional. Lo que representa el COVID 19, es la posibilidad de transformar la experiencia de vulnerabilidad, en oportunidad y creatividad para el desarrollo de nuevas alternativas en el desempeño laboral, educativo y ocupacional. Asimismo, representa la oportunidad de ser conscientes del deterioro ambiental que los seres humanos ocasionamos y transformar nuestros hábitos de relación con el entorno natural, para preservar el medio ambiente y la biodiversidad.

Referencias bibliográficas

- 1. Ramos, C. (2020). Covid-19: la nueva enfermedad causada por un coronavirus. Salud Pública de México, 62(2): 225-227.
- Encuesta Intercensal 2015. Instituto Nacional de Estadística Geográfica e Información (INEGI) (2016). Recuperado de: https://cuentame.inegi.org.mx/ población/habitantes.aspx? tema=P. Acceso 22-04-2020

- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL).(2019) Recuperado de: https://www.coneval.org.mx/ Paginas/principal. aspx. Acceso 30-03-2020.
- Panorama Social de América Latina (2018) Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) Recuperado de: https://repositorio.cepal.org/ bitstream/handle/11362/44395/11/S1900051_ es.pdf. Acceso 07-03-2020.
- Suárez-Lastra, M., Valdés-González, C.M., Galindo-Pérez, M.C., Guzmán, E.S., Ruiz-Rivera, N., et al. (2020). Vulnerabilidad ante COVID-19 en México. Investigaciones Geográficas, UNAM. Recuperado de: https://www.igg.unam.mx/ covid-19/ Vista/archivos/vulnerabilidad.pdf. Acceso 30-05-2020.
- 6. Achim, T. (1982) *El estrés y la personalidad*. Herder, España.
- Labrador, F.G. Crespo, M., Cruzado, J.A. & Vallejo, M.A. (1995). Evaluación y tratamiento de los problemas de estrés. Control de estrés y trastornos y trastornos asociados Psicología y Salud. Madrid: Dykinson: 75-127
- 8. Rossi, R. (2001). *Para superar el estrés*. España: De Cecchi.
- 9. Organización Mundial de Salud y la Organización Panamericana de la Salud (2016). *Guía Técnica*

- de Salud Mental en Situaciones de Desastres y Emergencias. Recuperado de: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com _ docman&view=download&category_slug=saludmental-emergencias-7358&alias=33988-guiatecnica-salud-mental-situaciones-desastres-emergencias-988<emid=270&lang=en. Acceso 12-05-2020.
- 10. Coronavirus. La situazione attuale. (2020). Dipartimento Protezione Civile, Ministero della Salute, Regioni. 26 aprile, ore 18. Recuperado de: http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioContenutiNuovoCoronavirus.jsp?lingua=ital iano&id=5351&area=nuovoCoronavirus&menu=vuo to. Acceso 12-05-2020.
- 11. International Obsessive Compulsive Disorder (OCD) Foundation (IOCDF) (2015). *Miedos a la contaminación obsesivo-compulsivo* . Recuperado de: https://iocdf.org/wp-content/uploads/2015/03/Miedos-a-la-Contaminación-Obsesivo-Compulsivos. pdf. Acceso 07-06-2020.
- 12. van Ommeren et al. (2005) Aid after disasters, *BMJ;* 330:1160-1; 2005. Disponible en: https://www.bmj.com/content/suppl/2005/05/19/330.7501.1160. DC1



Cascada Vegetal 2020 archivo personal RSGR



3. Acérquese... ricos tamales

Disposición alimentaria y su elección en población infantil

Food disposition and its choice in child population

M.C. Dolores Patricia Delgado Jacobo Carrera de Medicina UNAM, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza biomedicas_dj@comunidad.unam.mx

Resumen

Debido al aumento del sobrepeso y la obesidad en México, las autoridades han hecho múltiples intentos para poder frenar esta condición en la población, sobre todo en la población infantil, por ello se han hecho propuestas de modificación a la ley en lo relacionado a la salud, desde el evitar que se vendan productos industrializados en las escuelas, racionando las porciones de estos productos, estipulando impuestos hasta considerar sanciones administrativas para quienes distribuyan, vendan o regalen estos alimentos a menores de edad, que a pesar de estas medias por parte de las autoridades de salud y de educación, las cifras de obesidad en la población mexicana no ha disminuido si no que cada año aumentan, lo que lleva a considerar si estas medidas como iniciativas de ley, son las más eficaces para frenar el progreso del sobrepeso y obesidad que aqueja a una gran cantidad de personas, incluyendo menores de edad y cuáles son las posibles propuestas desde los organismos internacionales al respecto.

Palabras clave: sobrepeso; obesidad; causas; infantil; recomendaciones.

Abstract

Due to the increase in overweight and obesity in Mexico, the authorities have made multiple attempts to curb this condition in the population, especially in the child population, for this reason proposals have been made to modify the law in relation to health, from preventing industrialized products from being sold in schools, rationing the portions of these products, stipulating taxes to considering administrative sanctions for those who distribute, sell or give these foods to minors, who despite these measures by the health and education authorities, the obesity figures in the Mexican population have not decreased but are increasing every year, which leads us to consider whether these measures, such as law initiatives, are the most effective in stopping the progress of overweight and obesity that affects a large number of people, including minors and what are the possible proposals from international organizations to respect.

Keywords: overweight; obesity; causes; childhood; recommendations.



Psic-Obesidad

esde el año 2010, por los altos índices de obesidad en la población mexicana, que para la fecha se consideraban los datos de la ENSANUT 2006, en la que, con un total de 65 095 420 personas encuestadas, tanto mujeres como hombres, cerca del 70%, es decir, 45 566 794 sujetos presentaron sobrepeso y/u obesidad, por lo que se decidió poner en marcha estrategias para combatir la obesidad desde la infancia, se notificó por parte de la Secretaría de Salud y de la Secretaría de Educación Pública, la disposición de que en las escuelas de educación básica del país no estuvieran a la venta alimentos chatarra, considerando la reforma a los artículos 65 y 66 de la Ley General de salud que se aprobó por la Cámara de Diputados el 13 de abril de 2010 (Garduño y Méndez, 2013), artículos en los cuales se estipula que las autoridades sanitarias, educativas y laborales deben apoyar, fortalecer y promover la salud física y mental, así como tener presente que en materia de higiene escolar, son las autoridades sanitarias quienes tienen que crear las normas oficiales mexicanas para proteger la salud del estudiante así como de la comunidad escolar en general, además de las directrices para las acciones que promuevan una alimentación nutritiva y la actividad física (Diario Oficial de la Federación, 1984). Este fue uno de los primeros intentos por establecer una ley que impidiera el consumo de estos productos industrializados, aunque pocos meses después de esta aprobación, se consideró que la prohibición a la venta de productos con alto contenido calórico no sería una solución, por lo que para octubre de 2013 se llegaron a acuerdos en la Cámara de Diputados y en la aprobación del paquete fiscal se incluyó el impuesto especial a refrescos, bebidas endulzadas y comida chatarra (Robles, 2013).

A diez años de esa primera modificación a los artículos concernientes a los aspectos de salud y alimentación, el sobrepeso y la obesidad siguen en aumento en el país, con cifras con el que alrededor del 75.2 por ciento de la población adulta tiene estas condiciones y los datos en la población infato-juvenil son de un 35 por ciento, es decir, que uno de cada cinco niños tiene sobrepeso y uno de cada 10 presenta obesidad (ENSANUT, 2018). Estos datos reflejan que muy poco se ha logrado con dicha estrategia sobre todo porque los niños y jóvenes aún tienen al alcance los denominados alimentos chatarra, por lo que en un nuevo intento por combatir este mal que aqueja a la población el día miércoles 5 de agosto de 2020, los titulares de algunos periódicos de difusión nacional

exhibieron en primera plana, la propuesta hecha por el congreso local del estado de Oaxaca (México), para una iniciativa de reforma a la Ley de Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes del Estado de Oaxaca, con el propósito de anexar un apartado en el que se prohíba la distribución, venta, regalo y suministro de bebidas azucaradas y alimentos envasados de alto contenido calórico, o bien conocida como comida chatarra, a menores de edad en el estado. Esta propuesta fue respaldada por organizaciones civiles estatales y nacionales, así como por organismos internaciones como el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef), cuyo representante en México, Christian Skoog dijo: "Acciones como esta son sumamente necesarias pues protejan el derecho a una alimentación nutritiva, suficiente y de calidad de cada niña, niño y adolescente", palabras que fueron publicadas en las redes sociales (El Universal, 2020).

La iniciativa se vislumbra como una esperanza para disminuir los índices de obesidad en la población infantil, tanto que ha contagiado a otros estados y alcaldías de la ciudad de México, pero también se ha enfrentado a dificultades, desde el solo hecho de establecer una definición clara de lo que es o será considerada comida chatarra, ya que los principales detractores han externado la preocupación de que con las definiciones pueden estar incluidos muchos alimentos tradicionales de las diferentes regiones del país, e incluso se han hecho críticas debido a que algunos alimentos que por las características de preparación podrían estar incluidos en esta categoría no están considerados como tal.

La FAO (2011), hace una puntualización sobre lo que es considerado alimentos o comida chatarra, estableciendo que son productos que pudieran aportar algunos nutrientes pero que contienen ingredientes que pueden afectar la salud, cuando estos son ingeridos con frecuencia o en manera regular, son aquellos que no necesitan preparación antes de ser consumidos, aunque es necesario decir que esta característica no define de forma automáticamente a un alimento como chatarra, productos que para ser elaborados se requiere de integrar una gran cantidad de grasa y azúcar, que son sometidos a procesos industriales y que se distribuyen empacados, que en la mayoría de los casos no exigen refrigeración, lo que indica que tienen conservantes. A pesar de que este término, de comida chatarra es muy conocido y usado, también es problemático

Delgado Jacobo, M.P. Disposición alimentaria y su elección en población infantil

ya que se demuestra que las personas no lo usan como se debe hacer para la selección y consumo de los alimentos que tienen disponibles. La Revista Salud (2018), considera que la comida chatarra se caracteriza principalmente por ofrecer un sabor incomparable al paladar, lo que hace que el consumo sea más frecuente, además de que son alimentos que carecen de vitaminas y nutrimentos, pero altos en contenido de azúcares, calorías, saborizantes, grasas y sodio. Si bien, la comida no está preparada con la plena intención de ser o convertirse en chatarra, esta expresión lo que indica es que son comestibles pobres en nutrientes, los cuales ponen a los consumidores en riesgo de padecer enfermedades consideradas como no trasmisibles, entre las que se incluyen también el sobrepeso y la obesidad. Entre los alimentos que se encuentran en dicha lista son (PROFECO, 2018):

- Botanas
- Productos de confitería
- Chocolate y demás productos derivados del cacao
- Flanes y pudines
- Dulces de frutas y hortalizas
- Cremas de cacahuate y avellanas
- Dulces de leche
- Alimentos preparados a base de cereales
- Helados, nieves y paletas de hielo
- Comida rápida

El énfasis que se ha dado a evitar el consumo frecuente de estos alimentos, tiene que ver con las consecuencias a la salud, ya que hay hallazgos que hacen notar, que además de la mal nutrición que se da por su ingesta, otras consecuencias que se pueden encontrar están relacionadas con padecimientos como déficit de atención, ansiedad, tendencias de conducta individualista, falta de comunicación y frustración en los niños, aunque no existen pruebas concluyentes el consumo de azúcares, saborizantes y grasas pueden detonarlos, es decir, tienen relación con factores psicológicos; la relación con el envejecimiento prematuro ya que estos alimentos no contribuyen a que la dermis tenga una oxigenación correcta, esto debido a la saturación de grasas y sabores artificiales, lo que se podría considerar como un factor estético en el individuo; estos alimentos pueden generar adicción, de acuerdo con un estudio hecho por el Instituto de Investigación de Florida (Backhauss, 2018), la ingesta cotidiana de comida rica en calorías y grasas genera una adicción similar al que causan la cocaína y heroína, es decir, que el consumo frecuente y en grandes cantidades comida chatarra estimula el cerebro, lo que genera comportamientos compulsivos y efectos en el cerebro como los causados por el consumo de drogas.

Considerando que el consumo de este tipo de alimentos carentes de nutrientes, puede ser más frecuente en la población infantil y que una de las principales repercusiones es que se llegue a padecer sobrepeso u obesidad en la infancia, algunos de los problemas que están relacionados con estas condiciones en la infancia de acuerdo a la OMS (2017), tienen que ver con un mayor el riesgo a sufrir enfermedades asociadas en las que está directamente involucrada la edad de inicio y de duración del sobrepeso y/u obesidad. Con esto, se puede decir que la obesidad en la infancia y la adolescencia tiene consecuencias para la salud a corto y largo plazo. Una característica a resaltar es



Fuente de la imagen: http://cdn.proceso.com.mx/media/2013/08/pf-1625100817comida1bf-f.jpg

Psic-Obesidad

que las consecuencias más importantes del sobrepeso y la obesidad infantil, no se manifiestan hasta la edad adulta y están pueden ser:

- Las enfermedades cardiovasculares con mayor incidencia las cardiopatías y los accidentes vasculares cerebrales
- La diabetes
- Los trastornos del aparato locomotor, en particular la artrosis; incluyendo ciertos tipos de cáncer (de endometrio, mama y colon)

La OMS (2017) ha hecho una propuesta para poner freno a la epidemia de obesidad y sobre todo a la obesidad infantil en la que la prevención es la mejor opción, dado que las prácticas terapéuticas actuales se enfocan en gran medida a controlar el problema, más que en prevenirlo. El objetivo en la lucha contra la epidemia de obesidad infantil consiste en lograr un equilibrio calórico que se mantenga a lo largo de toda la vida.

Las recomendaciones generales incluyen:

- Aumentar el consumo de frutas y hortalizas, legumbres, cereales integrales y frutos secos
- Reducir la ingesta total de grasas y sustituir las saturadas por las insaturadas
- Reducir la ingesta de azúcares
- Mantener la actividad física con un mínimo de 60 minutos diarios, siendo esta con intensidad moderada o vigorosa y que sea adecuada para la fase de desarrollo.

Algunas de las recomendaciones que se han considerado viables van enfocadas a la sociedad en general, encaminadas a la necesidad de un compromiso político y a la colaboración de instituciones tanto públicas como privadas, de los gobiernos, los asociados internacionales, la sociedad civil, las organizaciones no gubernamentales y el sector privado, que pueden jugar un papel fundamental en la creación, desarrollo y modificación de entornos saludables y de condiciones apropiadas para los niños y los adolescentes. Por ello uno de los objetivos de la OMS radica en incentivar a los involucrarlos en la aplicación de estas estrategias a nivel mundial, ya sea de un régimen alimentario, de la actividad física y la salud, apoyando la aplicación y seguimiento de medidas.

Discusión y conclusiones

Debido a estas condiciones es necesario que exista un conocimiento reflexivo de las autoridades escolares sobre el rol de las instituciones educativas en la promoción de la salud comunitaria y en especial de la orientación en la formación de buenos hábitos alimentarios de la población estudiantil, para ello la educación sanitaria que permita tanto a maestros, padres y estudiantes adquirir conocimientos, actitudes, aptitudes y creencias, que sean las bases para tomas decisiones en cuanto a alimentación es fundamental (OMS, 2017), así como el incremento de la disponibilidad de alimentos saludables en las escuelas, sin dejar de lado la oferta y motivación para clases diarias de educación física que tengan actividades variadas y que estas se adapten a las necesidades, los intereses y las capacidades, sino de todos si de la mayor parte de los estudiantes. En el caso del papel que tienen los padres en especial es el fomento en la familia de una dieta saludable y la actividad física que sea regular, permitirá luchar contra la epidemia de obesidad infantil desde los principales frentes.

Referencias

Backhauss, D. M. (2018). La comida chatarra es adictiva. Revista ¿Cómo ves?, 138, 5-7. Disponible en: http://www.comoves.unam.mx/assets/revista/138/rafagas 138.pdf. Acceso 8-01-2020.

Diario Oficial de la Federación. (1984). Ley General de Salud. Secretaria de Gobernación. Disponible en: of.gob.mx/nota_detalle.php?codigo= 4652777&fecha=07/02/1984. Acceso 12-01-2020.

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino (ENSANUT). (2016). *Informe final de resultados*. Instituto Nacional de Salud Pública. Disponible en https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2016/informes.php. Acceso 22-09-2017.

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino (ENSANUT). (2018). Informe final de resultados. Instituto Nacional de Salud Pública. Disponible en https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf. Acceso 11-03-2019.

Garduño R. y Méndez E. (2013). Aumento progresivo a IRS; comida chatarra y refrescos serán gravados. (Nota periodística). Periódico La Jornada. Disponible en http://www.jornada.unam.mx/2013/10/17/politica/003n1pol. Acceso 15-01-2020.

c-Obesidad 🦂

Delgado Jacobo, M.P. Disposición alimentaria y su elección en población infantil

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2011). Comida chatarra en los centros escolares. Disponible en http://www. fao.org/fileadmin/user upload/red-icean/docs/ Investigaci%C3%B3n%20comida%20chatarra%20 en%20los%20centros%20escolares_2010.pdf. Acceso 20-01-2020.

Organización Mundial de la Salud. (2017). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. https://www.who.int/dietphysicalactivity/ childhood consequences/es/. Acceso 22-09-2017.

Periódico El Universal. (2020). López-Gatell respalda prohibición de venta de alimentos chatarra a niños en Oaxaca. Disponible en: https://www.eluniversal. com.mx/estados/lopez-gatell-respalda-prohibicionde-venta-de-alimentos-chatarra-ninos-en-oaxaca. Acceso 20-06-2020.

Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO). (2018). Alimentos chatarra. Disponible en: https:// www.gob.mx/profeco/documentos/alimentoschatarra?state=published. Acceso 25-01-2020.

Revista Salud 180. (2018). 5 consecuencias de comer en exceso comida chatarra. Disponible en: https://www. salud180.com/5-consecuencias-de-comer-en-excesocomida-chatarra

Robles de la Rosa, L. (2013). Sube impuesto a comida chatarra. (Nota periodística). Periódico Excelsior. Disponible en https://www.excelsior.com.mx/ nacional/ 2013/10/31/926248#imagen-1. Acceso 08-01-2020.





4. Como, luego existo

Estrategias de afrontamiento en salud pública sobre el sobrepeso y la obesidad

Public health coping strategies on overweight and obesity

Dra. Raquel del Socorro Guillén Riebeling UNAM, FES Zaragoza raqso@unam.mx

Resumen

Este artículo aborda, desde la perspectiva del modelo del aprendizaje social sobre el afrontamiento social donde las estrategias propuestas por el sector de salud para el tratamiento del sobrepeso y la obesidad, toman en cuenta los objetivos principales giran en torno a la modificación del ambiente en el que se presenta la problemática y el de regular la respuesta emocional que se presenta como posible consecuencia (Lazarus, 1986). Se realiza así también una revisión de la disposición de los alimentos naturales y los considerados como procesados o industrializados, teniendo presente que este es un factor que cobra importancia en México, ya el fácil acceso y los costos de estos alimentos no han promovido la alimentación de calidad, sana, segura y sustentable (Troy et al, 2011), lo que genera ambientes obesogénicos y como en el intento de poner límites y promover hábitos saludables en la elección de alimentos, otra de las estrategias adoptadas por el sector salud es el etiquetado de los productos industrializados, con el objetivo de ser un elemento que impacte en el consumidor para elegir la opción más saldable.

Palabras clave: afrontamiento, sobrepeso, salud pública, prevención, etiquetado.

Abstract

This article board, from the perspective of the social learning model on social coping, where the strategies proposed by the health sector for the treatment of overweight and obesity, take into account the main objectives revolve around the modification of the environment in the that the problem is presented and that of regulating the emotional response that is presented as a possible consequence (Lazarus, 1986). Thus, a review of the disposition of natural foods and those considered as processed or industrialized is also carried out, bearing in mind that this is a factor that becomes important in Mexico, since the easy access and costs of these foods have not promoted the feeding of quality, healthy, safe and sustainable (Troy et al, 2011), which generates obesogenic environments and, as in the attempt to set limits and promote healthy habits in the choice of food, another of the strategies adopted by the health sector is labeling of industrialized products, with the aim of being an element that impacts the consumer to choose the most healthy option.

Keywords: coping, overweight, public health, prevention, labelling.





Psic-Obesidad

Antecedentes

I modelo del aprendizaje social resalta entre sus autores a Lazarus y colaboradores, quienes proponen la activación de mecanismos emocionales y conductuales generados por el pensamiento o cogniciones. Este último proceso, realiza una serie de interacciones con el ambiente y lo que busca o necesita. Cada interacción le proporciona información que a su vez es evaluada de acuerdo con su importancia y significado, como señala Reidl en 1985: existe un proceso cognoscitivo mediador entre un evento particular y la reacción que se da ante el mismo.

La evaluación de acuerdo con Lazarus (1986) se deriva de dos procesos: Primaria y Secundaria. La primera involucra la evaluación de un evento o situación de acuerdo a la importancia que éste tiene para el bienestar del individuo. Lo cual puede derivar en tres indicadores: a) la irrelevancia del evento; b) el juicio del evento en benigno o positivo; y c) el evento es generador de tensión emocional o emoción negativa (angustia, vergüenza, otra). La segunda evaluación se refiere a los juicios que se llevan a cabo al considerar la disposición de alternativas para tratar o comprobar la situación: con qué recursos se cuenta, en qué situación o circunstancia.

Por otro lado, para Díaz-Guerrero (1979), en la cultura mexicana se cuenta con un estilo de comprobación en que el sujeto intenta cambiar a los demás (autoafirmación activa), de otro, en el que la persona se modifica a sí misma para agradar a los demás (control interno afectivo) por lo que el tipo de interacciones humanas, producidas por estas formas de relacionarse difieren esencialmente. Reyes Munguía (1998) enfatiza:

"Los hábitos están inmersos en una filosofía de cómo se llevan las relaciones interpersonales. De esta manera, las características de personalidad, los estilos y la filosofía, conllevan a hábitos y estrategias muy particulares de cómo confrontar diferentes estímulos (operantes), contextos, situaciones y personas (Reyes-Munguía, 1998, página 63).

De acuerdo con la definición de afrontamiento, las estrategias en salud pública para el sobrepeso y la obesidad se pueden enmarcar en el tercer aspecto del proceso, el cual consiste en hacer cambios en los pensamientos y actos, a medida que la interacción se va desarrollando,

así como los cambios dirigidos al ambiente o entorno, independientemente del individuo y de su actividad para afrontarlo.

El afrontamiento tiene dos funciones básicas: alterar el problema con el entorno causante de perturbación (afrontamiento dirigido al problema); y Regular la respuesta emocional que aparece como consecuencia (afrontamiento dirigido a la emoción). Ambos se influyen uno al otro y ambos pueden potenciarse o interferirse (Lazarus, 1986).

Disposición de alimentos y Obesidad

Enlavida moderna la disposición de alimentos se caracteriza de acuerdo con su tipo: procesados o industrializados y naturales u orgánicos. En el primer caso se promueven alimentos y bebidas ultra-procesados con alto contenido de sal, azúcar y grasas saturadas (Bandy et al, 2020). En México el sistema alimentario mexicano no promovió la alimentación de calidad, sana, segura y sustentable (Troy et al, 2011), favoreció los ambientes obesogénicos con disposición de alimentos con alto contenido calórico, procesados, de fácil acceso, bajo costo y favorecer conductas sedentarias (Gutiérrez, 2017).

De manera individual, la elección de los alimentos se basa en el aprendizaje diferencial sobre aquellos cuyas propiedades satisfacen el gusto, el tacto, el hambre y la saciedad por sus cualidades más que sus propiedades nutricias. Monteiro et al (2013) clasifican a los alimentos de acuerdo con su procesamiento en cuatro grupos:

- 1 Alimentos nada procesados o muy poco procesados.
- 2. Ingredientes culinarios.
- 3. Alimentos procesados.
- 4. Alimentos ultra-procesados.

De acuerdo con estos grupos, los alimentos que se encuentran en el grupo cuatro son los que se relacionan con mayor frecuencia con el aumento de las cifras de sobrepeso, obesidad y el aumento de enfermedades no transmisibles. Para Cabada, el consumo de alimentos altos en grasas, azúcares y sales, producen una sensación placentera en el cerebro, lo que genera dependencia (Cabada, 2010).

Considerando las tendencias de consumo de alimentos hipercalóricos, las probabilidades de desarrollar enfermedades crónico degenerativas, como diabetes mellitus, resistencia a la insulina, cardiopatías isquémicas, algunos canceres, hipertensión arterial y síndrome metabólico, se han masificado. Ante este creciente ámbito obesogénico infantil, la Coordinación de Investigación en Salud (CIS) crea la Red de Investigación en Obesidad Infantil del Instituto Mexicano del Seguro Social (Almeida et al, 2014), la evidencia científica vertida en artículos que constituyen este suplemento contiene información útil para los profesionales de la salud que estén interesados en la epidemiología, factores genéticos, diagnóstico, aspectos psicosociales, tratamiento y complicaciones de la obesidad infantil. Además, el consumo excesivo de alimentos hipercalóricos producen una adicción casi igual a la que generan drogas como la cocaína, la heroína y la morfina; las grasas, azúcares y sales, son sustancias que en abundancia producen una sensación (Cabada, 2010).

Actualmente los patrones alimentarios han migrado de la comida tradicional al consumo de alimentos procesados (Aburto et al 2016). Los alimentos ultra-procesados son una de las principales causas del cambio de consumo de alimentos en nuestra sociedad. Su consumo ha aumentado de manera considerable en los últimos diez años y numerosos estudios ya relacionan el consumo de estos productos con el aumento de las cifras de sobrepeso, obesidad y el aumento de enfermedades no transmisibles.

En el ámbito institucional, se ha abordado el problema de las enfermedades crónico degenerativo bajo diferentes esquemas de causalidad, relaciones e interacciones. En el caso del sobrepeso y la obesidad, como entidad multicausal las interacciones son complejas y de diversos niveles: biológico, social, ambiental, económico, emocional o de evaluación cognoscitiva, entre otros, de aquí que las estrategias de atención en Salud Pública sean también diversas.

En 2019, el Gobierno de México propone un modelo metodológico-teórico que recoge la noción básica de la Atención Primaria a la Salud de Alma Ata refiriéndose a la salud como un proceso complejo que está en la intersección de los procesos políticos, económicos, sociales, culturales y psico-biológicos.

Como señalan Nieto Orozco et al (2017) las estrategias para ayudar a la población a realizar mejores decisiones alimentarias son dos:

- 1) Etiquetado de alimentos procesados. Esta rotulación puede apoyar a conocer y evaluar el contenido nutrimental de un alimento o producto (Stern, Tolentino y Barquera, 2013).
- 2) Perfildenutrientes de la Organización Panamericana de la Salud. Proporciona una herramienta para clasificar los alimentos y bebidas de acuerdo con sus contenidos como azúcares libres, sal, grasas y ácidos grasos trans (Organización Panamericana de la Salud, 2016).

En el tema de Obesidad, el gobierno mexicano sustenta en base a la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de 2012 donde el 48.6 millones de mexicanos tienen sobrepeso u obesidad, las mujeres con la frecuencia más alta de 37.5% en relación con los hombres de 26.8%. Como epidemia representa el 73% de los adultos y el 35% de los niños y adolescentes. En el 2016 el 52% de los mexicanos presentan obesidad (60.6 millones de personas).

La Declaratoria de Emergencia Epidemiológica EE-3-2016 se ratificó en 2018 como la EE-5-2018 para todas las entidades federativas de México ante la magnitud y trascendencia de los casos de sobrepeso y obesidad cuya acción era "... fortalecer y apuntalar las acciones de la estrategia nacional para la prevención y el control del sobrepeso, obesidad y diabetes, en sus pilares de salud pública, atención médica y regulación sanitaria..." (CENAPRECE, 2018, página 2). De aquí se derivan estrategias de promoción, educación en salud, atención, manejo clínico y control, con la finalidad de reducir el impacto de la obesidad entre la población en general y en particular de los obesos o con sobrepeso.

A dos años de dicha declaratoria, en la primera parte del año 2020, las estrategias implementadas en materia de Salud Pública a nivel nacional en México para la prevención y atención de la Obesidad dan la pauta para establecer patrones de comportamiento en el consumo de alimentos en tres direcciones: Información de contenidos cuyo exceso causan daños a la salud "información comercial para lograr una efectiva protección del consumidor" (DOF, 2020, página 4).

Se añade:

Que el 8 de noviembre de 2019 se publicó en el Diario Oficial de la Federación el Decreto por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Salud, en materia de sobrepeso, obesidad y de etiquetado de alimentos y bebidas no alcohólicas que establece un sistema frontal de advertencia (DOF, 2020, página 4).

De forma paralela, en 2019 la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y el Programa Mundial de Alimentos de las Naciones Unidas pidieron acciones urgentes a los países para enfrentar el aumento de la malnutrición en la región, proponen un informe sobre seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2019, acerca de entornos saludables los cuales favorecen:

... [los] entornos alimentarios, entendidos como los espacios de interacción entre las personas y las condiciones físicas, económicas, políticas y socioculturales que influyen en la manera que adquieren, preparan y consumen alimentos (OPS, 2019).

Para esta organización (OPS), la población más vulnerable son las niñas, niños, mujeres y grupos originales para acceder a una dieta saludable. Sin embargo se debe incluir a los jóvenes (mujeres y hombres) y hombres adultos en este criterio de vulnerabilidad y por los factores de riesgo asociado donde la obesidad es factor de riesgo en sí mismo, a su vez es factor causal de la presión arterial alta, Diabetes Tipo 2, accidente cerebrovascular (ACV) y tipos de cáncer¹

La edad, ser hombre o la obesidad, son algunos de los factores de riesgo de COVID-19 (Infosalud, 2020). En 2018, las defunciones atribuibles a influenza H1N1 en los últimos 5 años, arriba del 95% en los pacientes presentaban una o varias comorbilidades crónicas, principalmente sobrepeso, obesidad y diabetes.

Campañas de Prevención de la obesidad: Más publicidad menos salud

De 2017 al 2018, las acciones llevadas a cabo por las campañas de Prevención de la Obesidad como "Chécate, Mídete y Muévete" de 2017, quedó en ejercicios publicitarios emitidos en medios de difusión y desarticulados de acciones concretas en la población, orientados a la economía familiar como el impuesto a las bebidas azucaradas (CENAPRECE, 2013; ENPYCSOD, 2013).

A la llegada del nuevo gobierno en 2018, se promueve el consumo de bebidas saludables como el agua y la aprobación de la modificación en el etiquetado de alimentos y bebidas industrializadas en octubre de 2019 (CENAPRECE, 2018; CEANEFABMS, 2018; Rivera-Dommarco et al, 2019; SIDSS, 2019).

A manera de conclusión es necesario aplicar estrategias de afrontamiento directas, efectivas y bajo el marco de la Atención Primaria a la Salud con perspectiva multidisciplinaria e integral, específicos a los grupos etarios. Las consecuencias de estas acciones se dirigen a frenar la epidemia de obesidad.

Las estrategias que refuerzan de manera individual la atención y la prevención del sobrepeso y la obesidad se enlistan a continuación:

- Favorecer los hábitos higiénico-dietéticos saludables que implican la higiene general, el consumo de alimentos saludables bajo en azucares, sales y grasas
- Elección de alimentos bajos en calorías, azucares, sales y grasas
- Realizar actividad física de tipo recreativo o sistemático, de bajo impacto, aeróbico o anaeróbico
- Realizar actividades cotidianas acorde con horarios de sueño -vigilia, de consumos de alimentos, de trabajo y recreación.
- Favorecer las emociones, las relaciones interpersonales y familiares positivas
- Recurrir a apoyo profesional para la orientación de los cuidados de salud y de bienestar general

Es indispensable la emisión de guías, manuales y programas que permitan a las instituciones y a las personas con sobrepeso y obesidad dar un paso adelante: cambiar

Psic-Obesidad

Vol. 10, Núm. 38, abril-junio de 2020 27

¹ En este año 2020, la edad, ser hombre, tener una enfermedad subyacente de corazón, pulmón, hígado o riñón. y obeso son factores de riesgo para el COVID-19 o incluso la muerte (Ho, et al 2020).

el enfoque de la acción individual del autocontrol y autoeficacia, a la responsabilidad institucional de educación y apoyo a la población afectada por profesionales de la salud en trabajo multidisciplinario

Referencias

- Aburto, T. C., Pedraza, L. S., Sánchez-Pimienta, T. G., Batis, C. & Rivera, J. A. (2016). Discretionary foods have a high contribution and fruit, vegetables, and legumes have a low contribution to the total energy intake of the mexican population. Journal of Nutrition, 146, 18815–1887S.
- Almeida-Gutiérrez, E., Yuriko Furuya-Meguro, M.A.Y. & Grijalva-Otero, I. (2014). Obesidad infantil. *Rev. Med Inst. Mex. Seguro Soc*, *52*, 121-240. Disponible en Disponible en: untitled (imss.gob.mx) Acceso 25-07-2020
- Bandy, L.K., Scarborough, P., Harrington, R.A., Rayner, M. & Jebb, S.A. (2020). Reductions in sugar sales from soft drinks in the UK from 2015 to 2018. *BMC Med.,* 18(20). Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6956503/ Acceso 08-07-2020.
- Cabada, X. (2010). Impacto de la presencia de comida chatarra en los hábitos alimenticios de niños y adolescentes en comunidades indígenas-campesinas de la región Centro-Montaña Guerrero. El poder del consumidor. Recuperado de: http://www.elpoderdelconsumidor. org/wp-content/uploads/0910-1001-Comidachatarra-en-el-campo-gro.pdf
- Centro Nacional de Programas Preventivos y Control de Enfermedades (CENAPRECE)(2018). Ratificación de la declaratoria de emergencia epidemiológica EE-5-2018 para todas las entidades federativas de México ante la magnitud y trascendencia de los casos de sobrepeso y obesidad, para fortalecer y apuntalar las acciones de la estrategia nacional. 2018. Disponible en: http://www.cenaprece.salud.gob.mx/programas/interior/emergencias/descargas/pdf/1371.pdf. Acceso 16-06-2020.
- Comité de expertos académicos nacionales del etiquetado frontal de alimentos y bebidas no alcohólicas para una mejor salud. (CEANEFABMS). Sistema de etiquetado frontal de alimentos y bebidas para México: una estrategia para la toma de decisiones saludables. Salud Publica Mex., 60, 479-86. Disponible en: http://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/9615/11536 Acceso 12-08-2020.

- Díaz-Guerrero, R. (1979). *Psicología del mexicano*. México: Trillas.
- Diario Oficial, Secretaria de Economía (27-03-2020). *Modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010*, Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria, publicada el 5 de abril de 2010. México: GF. Disponible en: www. dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5590668& fecha=27/03/2020. Acceso 27-04-2020.
- Gobierno de México Secretaría de Salud Subsecretaría de Integración y Desarrollo del Sector Salud (SIDSS) (2019). Atención Primaria de Salud Integral e Integrada: la propuesta metodológica y operativa. México SSA. Disponible en: http://sidss.salud.gob.mx/site2/docs/Distritos_de_Salud_VF.pdf. Acceso 17-03-2020.
- Gutiérrez-García, G. (2017). Grado de asociación de alimentos hipercalóricos, televisión abierta y malnutrición mediante la teoría del consumo en escolares, Temamatla (Edo. de México). México: Universidad Autónoma del Estado de México, México. CU-UAEM-A.
- Ho, F.K., Celis-Morales, C.A., Gray, S.R., Katikireddi, S.V., Niedzwiedz, C.L., Hastie, C., Lyall, D.M., Ferguson, L.D., Berry, C., Mackay, D.F., Gill, J.M.R., Pell, J.P., Sattar, N., & Welsh, P.I. (2020). *Modifiable and non-modifiable risk factors for COVID-19: results from UK Biobank*. BMJ, Disponible en: medrxiv.org/content/10.1101/2020.0 4.28.20083295v1.full.pdf+html. Acceso 06-08-2020.
- Infosalud (2020). Ser hombre, obesidad y algunos factores de riesgo COVID-19. Disponible en: https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticiaedad-ser-hombre-obesidad-algunos-factores-riesgo-covid-19-20200525162617.html. Acceso 15-07-2020.
- Juan, M. (2013). Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes. México: G.F./S.S.A..l
- Lazarus, R. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Monteiro, C.A., Moubarac, J-C., Cannon, G., & Popkin, B. (2013). Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system. *Obes Rev, 14* (Suppl 2), 21-28. Disponible en: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/obr.12107 Acceso 13-08-2020.
- Nieto-Orozco, C., Chanin-Sangochian, A., Tamborrel-Signoret, N., Vidal-González, E., Tolentino-Mayo, L., & Vergara-Castaneda. A. (2017). Percepción sobre

Psic-Obesidad

- el consumo de alimentos procesados y productos ultraprocesados en estudiantes de posgrado de la Ciudad de México. Journal of Behavior, Health & Social Issues 9, 82–88.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2019). Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2019. Disponible en: https://iris.paho.org/handle/10665.2/51685. Acceso 05-03-2020.
- Organización Panamericana de la Salud. (2016). *Modelo de* perfil de nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud. Washington, DC: OPS
- Reidl, L. (1985). *Diferencias culturales y sexuales en la pareja: celos y envidia. México y URSS*. Maestría en Psicología social. Tesis no publicada. México: UNAM, Facultad de Psicología.
- Reyes-Munguía, M.P. (1998). Estilos de aprontamiento v atribución en una situación de celos: jóvenes y adultos. Tesis Psicología, Inédita. México: UNAM, Facultad de Psicología.

- Rivera-Dommarco, J.A., Colchero, M.A., Fuentes, M.L., González de Cosío-Martínez, T., Aguilar-Salinas, C.A., Hernández-Licona, G., Barquera, S. (eds.)(2019). La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control. Cuernavaca: Instituto Nacional de Salud Pública. Disponible en: https://www.insp.mx/produccioneditorial/novedades-editoriales/4971-obesidadmexico-politica-publica-prevencion-control.html. Acceso .4-08-2019.
- Stern, d., Tolentino, I., & Barquera, S. (2013). Revisión del etiquetado frontal: análisis de las Guías Diarias de Alimentación (GDA) y su comprensión por estudiantes de nutrición en México. *Instituto Nacional de Salud Pública*, 53, 1 37.
- Troy, L.M., Miller, E.A. & Olson, S. (Reports). (2011). Hunger and Obesity. Understanding a Food Insecurity Paradigm. Food and Nutrition Board, Institute of medicine of the National Academies. Washington, D.C.: The National Academies Press.



Tarea espacial 2020

archivo personal RSGR



5. Colaboraciones

La viabilidad del etiquetado frontal en los empaques: una estrategia de prevención

The viability of front labeling on packing: a prevention strategy

Lic. Angelica Jiménez Almanza
Lic. en Psicología
UNAM, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza
ajimenezalmz@gmail.com

Resumen

Este artículo aborda una de las propuestas implementadas para la prevención del sobrepeso y obesidad, puesta en marcha ya en algunos países, pero recientemente adoptada en México. Inicialmente se da un panorama sobre la decisión de reformar la norma que rige el etiquetado de los alimentos, para dar paso a la consideración sobre la funcionalidad de este nuevo etiquetado, los objetivos y beneficios, pero también considerando si esta medida realmente puede impactar en la salud de la población. Concluyendo con algunas de las recomendaciones para que el etiquetado complemente la información que se brinda a las personas, con la finalidad de que la elección de alimentos sea más saludable.

Palabras clave: sobrepeso; obesidad; alimentos; recomendaciones; etiquetado.

Abstract

This article addresses one of the proposals implemented for the prevention of overweight and obesity, already launched in some countries, but recently adopted in Mexico. Initially, an overview is given of the decision to reform the rule governing food labelling, to give way to consideration of the functionality of this new labelling, the objectives and benefits, but also considering whether this measure can actually impact the health of the population. Concluding with some of the recommendations for labeling to complement information provided to people, in order to make food choice healthier.

Keywords: overweight; obesity; food; recommendations; labelling.





Antecedentes

El combate a la obesidad en México se ha convertido en un tema de debate por las decisiones que se toman en relación a las recomendaciones del consumo de productos industrializados y el qué hacer para que la población considere elecciones de alimentos más sanos. Esto ha llevado desde el año 2010, a trabajar sobre una propuesta para la aplicación de estrategias para la prevención y control de la obesidad, basadas en la Estrategia Mundial sobre Dieta, Actividad Física y Salud expuesta por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2004. Esta estrategia resalta que como participantes, los gobiernos deben facilitar información correcta y equilibrada lo que incluye el derecho de los consumidores a tener en el etiquetado de los productos que adquiere, información exacta, estandarizada y comprensible del contenido alimenticio, que permita decidir si lo consume o no, sugiriendo que las autoridades gubernamentales pueden exigir la información sobre aspectos nutricionales que sean clave para estas decisiones. Como parte de las propuestas de esta estrategia en torno a las normas internacionales en relación a la información al consumidor, se enfatiza la necesidad de reforzar los esfuerzos para que las etiquetas informen sobre los beneficios y la composición de los alimentos, pero también se considera que en el trabajo para la prevención de la obesidad, tiene que ser indispensable la adopción de medidas que reduzcan los efectos negativos de la comercialización en los hábitos alimentarios que sean perjudiciales para la salud de la población, lo que también involucra proporcionar información completa sobre cómo llevar a cabo consumos saludables, como el de frutas y hortalizas, además de establecer normas en relación a la producción y la elaboración, que garanticen la calidad nutricional e inocuidad de los productos (OMS, 2004).

Con este precedente en julio de 2019 se llevó a la Cámara de Diputados la iniciativa para la modificación a la Ley General de Salud en materia de Etiquetado, la cual fue aprobada por el senado de la República y posteriormente publicada en el Diario Oficial de la Federación en noviembre de 2019. Esta propuesta de modificación estableció que el etiquetado en México tiene que ser frontal, en el que se informe de forma veraz, clara, rápida y simple sobre el contenido de los nutrimentos críticos, entre lo que se encuentran, azucares, sodio y grasas, principalmente (Alegría, 2020).

Mientras tanto en el Poder Legislativo se sometía a discusión y votación la modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM-051, sobre el etiquetado en los alimentos y bebidas, en la que participaron organismos gubernamentales como la Secretaría de Economía y la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris), así como institutos de salud, organismos internacionales, centros de enseñanza superior, colegios de profesionales, sociedad civil y también el sector industrial. Este proceso finalizó con la publicación de la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010 (NOM-051)¹ sobre el etiquetado de alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados, el día 27 de marzo del 2020 y la cual se implementará a partir del 1 de octubre del 2020 (Secretaria de Economía, 2020). https://bit.ly/3eKqnFB

Este nuevo etiquetado consta de cinco sellos en los que se especifica si el producto tiene exceso en calorías, sodio, grasas trans, grasas saturadas y azucares, además de dos leyendas, una de ellas para productos que contengan edulcorantes y la otra para aquellos con cafeína, con el objetivo de evitar que niñas y niños consuman estos productos (Asociación Civil El poder del consumidor, 2020). Las posibles ventajas de este etiquetado en los productos preenvasados son:

- Tabla nutrimental y lista de ingredientes: se puede conocer cuál es la cantidad de azúcares añadidos, el contenido nutrimental se reportará en porciones de 100 g o 100 ml, para facilitar la comparación del contenido del ingrediente en la porción del producto. En el caso particular de los azucares, se agrupan en la lista de ingredientes todas las fuentes que los añaden al producto final.
- Información nutrimental: Se regula la proporción del tamaño que indica las declaraciones nutrimentales.
- Regula en el uso de avales para el producto: Si un producto contiene sellos de advertencia no podrá contar con el respaldo de asociaciones médicas.
- Elementos persuasivos: en la Modificación a la Norma-051 (Modificación a la Norma-Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010) se considera que los productos que contengan uno o más sellos

¹ Aprobación que fue realizada por el Senado de la República mexicana en octubre de 2019 sobre la Ley General de Salud en materia de etiquetado frontal en productos industrializados y bebidas azucaradas (no alcohólicas). Con 114 votos a favor, cero en contra y dos abstenciones. Nota de la Editora.

Jiménez Almanza, A. La viabilidad del etiquetado frontal en los empaques: una estrategia de prevención

de advertencia, así como una o las dos leyendas precautorias, no pueden contener ninguna estrategia publicitaria, como lo es el uso en el empaque de personajes o dibujos animados entre otros elementos que promuevan el consumo de este.

 El tamaño del producto no impide la información: Con las modificaciones al etiquetado, los productos con tamaño pequeño están obligados a utilizar octágonos negros, con el número que indique la cantidad de sellos.



Fuente de la imagen: https://elpoderdelconsumidor.org/2020/05/todo-lo-que-debes-saber-sobre-el-nuevo-etiquetado-de-advertencia/

Estos puntos son considerados, en la teoría, como fundamentales para que el consumidor tenga una decisión de consumo alimentario informada y realmente lo lleve a toma de conciencia de su alimentación, pero sin duda, es un desafío el diseño de un sistema de etiquetado que realmente logre promover la salud y que además sea efectivo en aspectos de comunicación sobre el valor nutrimental, pero en el aspecto práctico, este sistema de información no es un elemento determinante para la salud de las personas ya que las decisiones de compra y consumo dependen en última instancia de la libre elección de los consumidores (Hernández, 2018).

En relación a este punto en particular sobre los determinantes en la elección del consumidor, el principal factor de la alimentación es el hambre, pero lo que se decide comer no es determinado únicamente por las necesidades fisiológicas o nutricionales, algunos otros factores que influyen son: los factores biológicos como el hambre, el apetito y el sentido del gusto; los factores económicos como los ingresos del sujeto, costos de

los productos y la disponibilidad en el mercado de los mismos; los factores físicos como el acceso, la educación, las capacidades personales como lo puede ser el tener conocimiento de cocina y cocción de los alimentes y el tiempo disponible; los factores sociales como la cultura, la familia, los compañeros de trabajo y los propios patrones de alimentación; los factores psicológicos como el estado de ánimo, el estrés y las emociones que experimenta la persona en relación a la situación en la que se consume o a los propios alimentos disponibles, las actitudes, creencias y conocimientos en el tema de alimentación. Considerando estos factores es visible que la elección de los alimentos es un asunto complejo en el que también tendrán incidencia la fase de la vida del sujeto, por ello una propuesta hecha por Dip, G. en el 2014 menciona que un mismo tipo de intervención que pretenda realizar modificar la conducta en cuestión de elección de alimentos no tendrá éxito en todos los grupos de población, por lo que se debe realizarse diversas intervenciones orientadas a los diferentes grupos de la población, siempre teniendo en cuenta los múltiples factores que influyen en esas decisiones.



Fuente de la imagen: archivo personal AJA, 2020.

Por ello es considerado que el mayor trabajo tiene que ser enfocado en que la población la importancia de los principales nutrientes en la dieta diaria y de esa forma se logre mantener una dieta balanceada sin dejar de lado la importancia de la activación física, ya que el etiquetado no es suficiente para que la elección de los alimentos sea saludable, esto es notorio considerando que hay alimentos que no necesariamente son preenvasados pero

Psic-Obesidad

Jiménez Almanza, A. La viabilidad del etiquetado frontal en los empaques: una estrategia de prevención

que también son altos en calorías, grasas trans, grasas saturadas, socio y azúcar, que son consumidos de forma frecuente y que por lo tanto también pueden contribuir al mantenimiento del sobrepeso u obesidad. Además de ello la percepción que se tiene de la utilidad de las etiquetas tienen influencia en la decisión de la compra de los productos, algunas de las opiniones de consumidores de productos preenvasados son interesantes debido a la perspectiva que presentan bajo la pregunta ¿Cree es útil el nuevo etiquetado de productos industrializados, para la toma de decisión en la compra y consumos que usted u otros hacen? Algunas de las respuestas son:

"Me da lo mismo si están o no, al final sabemos que todo ese tipo de cosas son dañinas, pero las seguimos consumiendo, como los refrescos, crecí consumiendo esos artículos, es una forma de vida, lo importante es bajar un poco el consumo", ama de casa, 36 años de edad.

"Si, me hace pensar y darme cuenta de lo que hemos estado consumiendo, solo por la mercadotecnia que nos ofrecen en los medios de comunicación es que deseamos comerlos", profesionista, 32 años.

"Si claro, pero depende mucho de lo que las personas estén acostumbradas o puedan consumir para poder hacer la compra", ama de casa 42 años.

"Si lo considero que es útil, mas para los padres que compran cosas para sus hijos, que se den cuenta de que lo que comen no siempre es saludable", estudiante educación superior, 23 años.

"Si es útil, porque en el consumismo intervienen muchos factores y un de ellos es que las personas se dejan llevar por la imagen, la publicidad o la marca y las etiquetas ayudan a distinguir si es sano o no", profesionista 33 años. Desde la perspectiva del médico José Banderas Alvares² de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos,

"...este tipo de "alimentos" no deberían de ser distribuidos ni consumidos, hablando de lo dañino que pueden ser por los conservadores y las porciones que estos contienden de grasas, azucares y sodio, pero lo que realmente se debe regular es que lo que se dice en las etiquetas y en la información nutrimental sea verdadero en cuanto a la proporción de estos ingredientes en el producto...se presentan diversos factores por los que las personas consumen

estos productos, uno de ellos es la necesidad, la satisfacción de la necesidad de alimentarse, otro factor que se involucra es no tener tiempo o los recurso para la preparación de alimentos saludables y la opción más rápida es la elección de alimentos ya preparados, aunque se tenga conocimiento del alto contenido de grasa y de calorías, porque lo primero que se cubre es la necesidad de saciar la sensación de hambre, además de los malos hábitos alimenticios, que se puede dar por aprendizaje, los padres enseñaron a comer así y no se permite una modificación a ello".

Las respuestas permiten ver que las opiniones están polarizadas, pero lo mas importante en este ámbito de salud es considerar que para la prevención del sobrepeso y la obesidad se requieren entornos que tengan una influencia positiva para la elección que tengan las personas, de modo que la opción que se considere más sencilla, más accesible, sea la saludable en lo relacionado a los alimentos y la actividad física regular lo que daría como consecuencia la prevenir el sobrepeso y la obesidad. Esta elección individual tiene efecto únicamente si las personas tienen acceso a una forma de vida con modelos más sanos. Por ello la ayuda que se puede proporcionar, desde el ámbito social, es el de ayudar a las personas a seguir las recomendaciones como las de reducir el consumo de la cantidad de grasa, azúcar, sal y los alimentos procesados; limitar la comercialización de alimentos saturados de estos ingredientes; garantizar la disponibilidad de opciones alimentarias saludables y apoyando la práctica de actividades físicas constantes en los lugares de trabajo, son solo algunos ejemplos.

A manera de conclusión desde las opciones que se tienen para la mejora en la industria alimentaria pueden ser en la reducción en el contenido de grasa, azúcar y sal de los alimentos procesados; asegurando que las opciones saludables y nutritivas estén disponibles y accesibles para todos los consumidores; limitando la comercialización de alimentos ricos en ingredientes poco saludables destinados a los niños y los adolescentes (OMS, 2020). Para los consumidores el etiquetado tiene el beneficio de mostrar los contenidos que son dañinos a su salud en exceso, de las diferentes etiquetas tienen opciones para elegir cuanto consumir y de qué productos. De forma paralela, aprenden de forma progresiva el cuidar su salud.

² Comunicación personal, 3 de abril de 2020.

Referencias bibliográficas

- Alegría, A. (2020). A partir de octubre, nuevo etiquetado de alimentos y bebidas. *Periódico La Jornada*. Disponible en https://www.jornada.com.mx/ultimas/politica/2020/03/28/a-partir-de-octubre-nuevo-etiquetado-de-alimentos-y-bebidas-2576. html
- Asociación Civil El poder del consumidor (2020). Todo lo que debes saber sobre el nuevo etiquetado de advertencia. Etiquetado de productos. Disponible en https://elpoderdelconsumidor. org/2020/05/todo-lo-que-debes-saber-sobre-elnuevo-etiquetado-de-advertencia/ acceso 11 de agosto 2020
- Diario Oficial de la Federación (2019). DECRETO por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Salud, en materia de sobrepeso, obesidad y de etiquetado de alimentos y bebidas no alcohólicas. Disponible en https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5578283&fec ha=08/11/2019&print=true
- Dip, G. (2014). La alimentación: factores determinantes en su elección. *Revista de Divulgación Científica*, 1. Facultad de Ciencias Agrarias-UNcuyo. Disponible en http://experticia.fca.uncu.edu.ar/numeros-anteriores/n-1-2014/122-la-alimentacion-factores-determinantes-en-su-eleccion
- Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino (ENSANUT). (2016). Informe final de resultados. Instituto Nacional de Salud Pública. Disponible en https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2016/informes.php Acceso
- Hernández-Rosete, C. (2018). El etiquetado nutrimental

- como herramienta principal en la prevención de la obesidad. *Alianzas y Tendencias-BUAP, 3(9),* 1-8. Disponible en http://www.ditco.buap.mx/recursos/documentos/revista/anio3_no9_2018/etiquetado nutrimental.pdf
- Modificación a la Norma-Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010, Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria, publicada el 5 de abril de 2010. Disponible en https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM_051. pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2004). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Disponible en https://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish web.pdf Acceso 15 de enero de 2020.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Obesidad y sobrepeso. Disponible en https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight
- Santos-Antonio, G., Bravo-Rebatta, F., Velarde-Delgado, P. y Aramburu, A. (2019). Efectos del etiquetado nutricional frontal de alimentos y bebidas: sinopsis de revisiones sistemáticas. *Rev Panam Salud Publica 43*, Disponible en http://www.paho.org/journal Acceso el 13 de enero de 2020.
- Secretaría de Economía. (2020). Fue aprobada la modificación a la NOM 051 sobre etiquetado de alimentos y bebidas. Gobierno de México. Disponible en https://www.gob.mx/se/articulos/fue-aprobada-la-modificacion-a-la-nom-051-sobre-etiquetado-de-alimentos-y-bebidas



Para a batir la rutina archivo personal RSGR 2020

34



Próximas reuniones científicas

















Normas de publicación

La Editora y el Consejo Editorial invitan a los autores a publicar en Psic-Obesidad y presentan las Normas de Publicaciones actualizadas.

Psic-Obesidad con ISSN: 2007-5502, es una Revista Electrónica con difusión vía red de cómputo, trimestral de la Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. Resultado de la Línea de investigación: Obesidad desde una perspectiva cognitivo conductual (LI-FESZ-170909). Se destacan los aspectos psicológicos y socioculturales en torno a las enfermedades crónico degenerativas, particularmente la Obesidad. Puede ser consultada por académicos, alumnos, integrantes de asociaciones profesionales y por el público en general.

Los trabajos para ser publicados requieren ser novedosos e inéditos, no habrán sido presentados ni total ni parcialmente para su publicación ni para su evaluación en otra revista o medio de difusión. Pueden tratar de artículos acerca de:

- 1. Aspectos socioculturales relacionados a la alimentación.
- 2. Colaboraciones e información sobre reuniones científicas.
- 3. Investigaciones que abarquen aspectos psicológicos asociados a la obesidad y a la persona obesa: datos epidemiológicos, análisis y discusiones, informes de casos clínicos.
- 4. Propuestas para apoyar las estrategias dirigidas al fortalecimiento de conductas alimentarias sanas.
- 5. Reseñas de artículos o libros.

En su contenido y estructura deberá adecuarse a las normas de la American Psychological Association (APA), en su edición más reciente.

Formatos

- a) Los artículos deben presentarse en procesador de textos Word, en fuente tipo Times New Roman y a 12 puntos de tamaño, a doble espacio y con 3x3 cm de márgenes, con alineación a la izquierda.
- b) Título del artículo: máximo 15 palabras en idiomas español e inglés.
- c) Nombre (s) de (los) autor(es), filiación institucional, correo
- d) Resumen en español y en inglés, máximo 300 palabras.
- e) Cinco palabras clave.
- Mínimo de 5 páginas, incluyendo gráficas, tablas y referencias bibliográficas. Los márgenes izquierdo y derecho medirán dos centímetros y medio.
- g) Los trabajos de investigación incluyen: introducción, método, resultados, discusión, conclusiones y referencias bibliográficas.

- h) Los trabajos de ensayo, reseña bibliográfica comentada o revisiones incluyen: título, subtítulos y apartados, dependiendo del contenido y referencias bibliográficas.
- Si el autor incluye en su trabajo figuras pertenecientes a otros, deberá adjuntar los comprobantes de los permisos para su presentación.
- Información de otros autores deberá ser citada y la información de la fuente incluirla en las referencias.

Pueden enviarse por correo electrónico: boletinpsicobesidad@yahoo. com.mx o entregarse personalmente con la Editora Dra. Raquel del Socorro Guillén Riebeling.

Arbitraje

Recibido el trabajo, será comunicada su recepción por la Editora quien se encargará junto con su equipo de colaboradores, de realizar la primera revisión para examinar la pertinencia como el cumplimiento de las pautas de presentación. Se considerará la originalidad, consistencia temática, aporte al desarrollo o conocimiento del tema y al avance del área de la Psicología a la que pertenece. La calidad de los artículos será evaluada de manera anónima por dos árbitros. En caso de desacuerdo entre los evaluadores se asignará un tercer árbitro para la revisión y dictamen.

El proceso de arbitraje se realizará bajo la modalidad del doble ciego, es decir, los autores desconocen la identidad de los árbitros y los árbitros desconocen la identidad de los autores. El Consejo Editorial se reserva el derecho de realizar la corrección de estilo y los ajustes que considere necesarios para mejorar la presentación del trabajo sin que el contenido se vea afectado.

El resultado del proceso de evaluación podrá ser:

- a) Que se publique sin cambios.
- b) Que se publique con los cambios sugeridos.
- c) Que se realicen cambios sustanciales por el autor o los autores, posteriormente sea sometido a una nueva evaluación.
- d) Que no se publique.

El dictamen de los artículos será informado, vía correo electrónico a los autores quienes recibirán el artículo con las observaciones indicadas y el formato de evaluación con el dictamen. Los trabajos aceptados, luego de recibir la revisión del corrector idiomático, se remiten a sus autores para que expresen su conformidad para su publicación, sin conflicto de intereses