



SALUD EN 
PERSPECTIVA UH
28

INFORMACIÓN VERAZ
PARA PROMOVER BIENESTAR

**EL ROSTRO DE LA OBESIDAD
EN COSTA RICA**

**COORDINACIÓN DE
INVESTIGACIÓN UH**
CARRERA DE MEDICINA Y CIRUGÍA

SALUD EN PERSPECTIVA No 28

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

ESCUELA DE MEDICINA Y CIRUGÍA. COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN.

Dr. Ronald Evans-Meza, MSc. Roger Bonilla-Carrión, Dr. Roberto Salvatierra-Durán,
MSc. Laura González-Picado.

EL OTRO ROSTRO DE LA OBESIDAD EN COSTA RICA.

Introducción.

En 1804, el filósofo alemán Ludwing Feuerbach acuñó la frase célebre “Eres lo que comes”, sin imaginar que 220 años después, su afirmación sigue resonando con fuerza ante la dura realidad por el crecimiento de las cifras por obesidad en el mundo.

Desdichadamente, para el próximo 2025 ningún gobierno podrá cumplir la expectativa del Organización Mundial de la Salud (OMS) de haber frenado esta enfermedad que ha provocado que 2.200 millones de personas tenga sobrepeso u obesidad; mientras un tercio de la población mundial sufre desnutrición.

Por su parte la Federación Mundial de Obesidad (FMO) advierte en su Atlas Mundial de Obesidad 2022 “que más de 4 mil millones de personas pueden verse afectadas para el 2035, en comparación con más de 2.6 mil millones en 2020. Esto refleja en términos porcentuales, un aumento del 38% de la población mundial en el 2020 a cerca del 50% para 2035 (las cifras excluyen a los niños menores de 5 años). La prevalencia de obesidad ($IMC \geq 30kg/m^2$) por sí sola se espera que aumente del 14% al 24% de la población durante el mismo período, afectando a casi 2 mil millones de adultos, niños y adolescentes para 2035”

En Costa Rica, el problema del incremento de la obesidad es de larga data. Existen numerosas publicaciones científicas que así lo señalan. Nosotros en particular, en la UH hemos dedicado basta espacio al análisis y evolución de la obesidad en el país. Con esta presentación, al menos es la tercera ocasión en que Salud en Perspectiva la aborda. También hemos publicado artículos al respecto en revistas médicas. Así, por ejemplo, en el 2016, en nuestro medio oficial (Revista Hispanoamericana de Ciencias de la Salud) analizamos (el suscrito y el Dr. Daniel Pérez Fallas, egresado de la UH) las “tendencias del índice de masa corporal en Costa Rica, 1975 al 2014. En el caso del sobrepeso encontramos que los valores correspondientes al grupo de personas con IMC entre $25kg/m^2$ y $<30kg/m^2$, mostraban una franca tendencia al ascenso, ya que de una prevalencia de 24,9% en 1975, se alcanzó un valor de 36,1% en el 2024, para

un aumento porcentual equivalente a 44,9. Los varones tuvieron porcentajes más elevados que las mujeres durante todo el periodo analizado.

A continuación, se detallan los valores encontrados en dicho estudio cuyo IMC estaba entre 30kg/m² y <35 kg/m² (obesidad grado 1), encontrando, al igual que en el caso anterior, una tendencia franca al ascenso en todas las décadas estudiadas, tanto para ambos sexos como para cada uno en particular cuya tasa varió de 5,5 % en 1975 a 16,2 % en el 2014, que corresponde a un 194,5% de incremento, es decir, en lo práctico se triplicó. Lo destacable en este caso es el hecho de que las mujeres presentaron prevalencias superiores a la de los varones.

Con respecto a obesidad grado II, cuyos valores están comprendidos entre los IMC de 35 kg/m² <40 kg/m², se encontró, que al igual de los casos anteriores de sobrepeso y obesidad grado 1, hubo un aumento sostenido en todos los casos, tanto en ambos sexos, como en varones y mujeres por separado. La prevalencia pasó de 0,6% en 1975 a 5,2% en el año 2014, lo cual señala un aumento de 766,6% durante el lapso, prácticamente un poco más de siete y medio veces su valor de origen. Aparte se notó que los valores alcanzados por las mujeres superan a la de los varones.

En cuanto a la prevalencia de la población que presentan IMC iguales o superiores a 40 Kg/m² (obesidad mórbida), se observa un aumento sostenido a través del lapso de cuarenta años estudiado, para ambos sexos, dado que la tasa varió de 0,2% en 1975 a 2,3% en el 2014. Es decir, la tasa se incrementó diez veces, o lo que es lo mismo, aumentó un 1050%. Lo mismo sucedió también para los hombres y mujeres por separado. Las mujeres presentaron nuevamente valores más altos que los de los hombres.

Con fines prácticos, además entresacamos la prevalencia total de obesidad (grados 1, 2 y mórbida) en Costa Rica para los años estudiados, observándose la misma tendencia al incremento en toda la serie, tanto para ambos sexos, dado que la prevalencia pasó de 6,3% en 1975 a 23,7% en el 2014, es decir, aumentó un 276,2%).

Bajo este panorama y en vísperas del **Día Mundial de la Obesidad**, la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana (UH) presenta una actualización de la situación de esta enfermedad en Costa Rica con datos de la Federación Mundial de la Obesidad (FOM), el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC), la Caja Costarricense del Seguro Social y el Instituto de Métricas y Evaluación de la Salud (IHME) de la Facultad de la Facultad de Medicina de la Universidad de Washington.

Lamentablemente, para estos últimos quince años solo disponemos de estimaciones de la prevalencia dado que no ha habido en el lapso ninguna nueva encuesta nacional de nutrición, ni tampoco la CCSS ha realizado encuesta nueva alguna representativa

para este problema de salud. Por esta razón, quisimos contribuir dando a conocer **el otro lado o la cara oculta de la obesidad**, mucho menos tratado por sus estudiosos, como es su carga hospitalaria, con sus características epidemiológicas propias (persona, tiempo y lugar), su atención en consulta externa por médicos generales y especialistas, los egresos con desviación gástrica proximal, y un breve análisis sobre la mortalidad específica originada por obesidad desde el año 2000 hasta el 2023, así como un vistazo a la carga de la enfermedad por este problema de salud. Para finalizar, se introducen algunas cifras sobre el futuro de la obesidad en Costa Rica, enfatizando la dura carga económica y de salud que deberá enfrentar el país para su atención y control

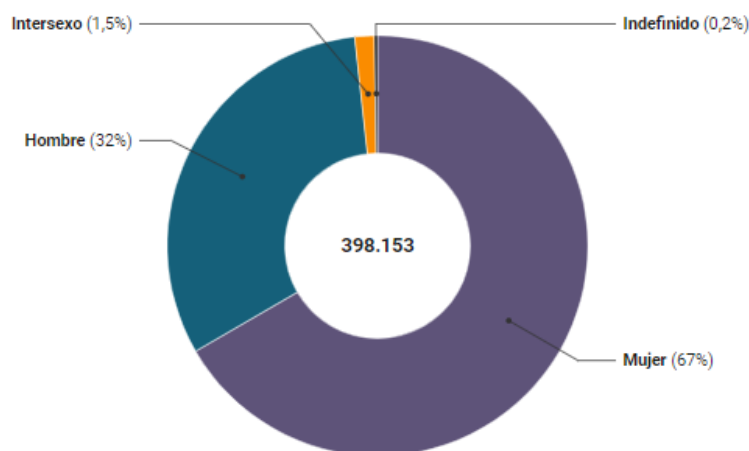
ESCENARIO ACTUAL DE LA OBESIDAD

Durante el año pasado, los servicios de consulta externa de la Caja Costarricense del Seguro Social programaron 398.153 citas relacionadas a obesidad. Se hace la aclaración que un solo paciente pudo haber tenido varias citas durante el año. Por ello, esto no puede interpretarse como el número total de pacientes obesos.

A nivel de sexo, la consulta externa atendió 207.007 citas a mujeres, el 67% de la atención por este rubro. Luego, a los hombres se les programó 128.139 consultas, que apenas son el 32%. De esta forma, podemos decir que la CCSS atendió a 2 féminas por cada varón obeso.

GRÁFICO 1

Atenciones dadas en los servicios de consulta externa de la CCSS relacionadas a obesidad según el sexo durante el 2023



Elaborado por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina de la Universidad Hispanoamericana con datos de la Caja Costarricense del Seguro Social

Si tomamos en consideración que cada cita de seguimiento fue de 15 minutos, el personal médico dedicó 5.972,295 minutos, es decir, unas 99.313.44 horas, unos 4.138.06 días.

En términos económicos, considerando una cita con médico especialista a nivel privado, con una duración de una hora y por un valor de 60 mil 667 colones, la institución habría destinado un aproximado de 6 mil 038 millones 687 mil 012 colones.

Entre los años 2018 a 2023, un total de 1.847 pacientes obesos fueron hospitalizados en los diferentes hospitales de la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS). En este periodo, la tasa nacional promedio fue de 6 pacientes obesos internados por cada 100 mil habitantes. El dato más preocupante es el 2023 que registró una tasa nacional de 8.99.

CUADRO 1

Estimación del tiempo por ocupación hospitalaria y consulta con especialista en pacientes con obesidad en hospitales públicos.

Año	Número de pacientes	Tasa Nacional	Días por internamientos de una semana	Minutos por una consulta con especialista
2018	391	7,81	2737	5 865
2019	321	6,34	2247	4 815
2020	127	2,48	889	1 905
2021	192	3,72	1344	2 880
2022	343	6,58	2401	5 145
2023	473	8,99	3311	7 095
Total	1 847	6,00	12929	27 705

Cálculos realizados por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana con datos de la CCSS

Creado con Datawrapper

Por ello, no es extraño que esta enfermedad, cruel y silenciosa ejerciera una fuerte presión en el sistema de salud, al analizar algunas estimaciones de tiempo. Por ejemplo: si consideramos que cada persona tuvo que ser hospitalizada una vez por al menos durante una semana, en estos seis años la ocupación hospitalaria ascendió a 12.929 días. Los años 2018 y 2023, destacarían con las cifras más importantes de 2.373 hasta 3.311 días.

Durante este mismo periodo, si asumimos que cada uno de estos pacientes requirió al menos una cita de seguimiento con un especialista, con una duración aproximada de 15 minutos, el personal de la CCSS tuvo que destinar 27.705 minutos, es decir, 461 horas con 45 minutos o 19 días con 45 minutos en atender sus necesidades u otros requerimientos.

En el periodo del 2018 al 2023, en promedio, 2.35 mujeres obesas fueron internadas por cada varón.

Más preocupante es observar por edad a quiénes la obesidad está acortando su calidad de vida. Entre menores de 15 años, se contabilizó un acumulado 292 pacientes internados, un 15.81 % del total. Es alarmante que 37 menores de 1 año han requerido atención hospitalaria, 30 eran hombres y 7 mujeres. Solo en los años 2022 y 2023, se registraron 14 y 13 internamientos respectivamente.

A nivel de adultos, el subgrupo de 20 a 44 años lideró con 746 enfermos, un 40.49% del total. Al revisar la composición de este subgrupo por sexo, 553 eran mujeres, de las cuales solo entre el 2022 y 2023, se atendieron 231 pacientes féminas (42%). El segundo subgrupo afectado está entre 45 a 64 años con 696 pacientes (37.68 %). Se repite el mismo comportamiento del subgrupo anterior, 527 eran féminas.

Es importante hacer la observación que el subgrupo de 15 a 19 años registra solo 6 enfermos, únicamente mujeres. Un hecho que podría estar relacionado como en la adolescencia hay una mayor preocupación por la apariencia física y realizar actividades deportivas.

CUADRO 2

Número acumulado de egresos hospitalarios por obesidad por año según grupo de edad. 2018-2023

	Hombres	Mujeres	Total	Porcentaje
Menos de 1	30	7	37	2
01 - 04	42	15	57	3,09
05 - 09	59	44	103	5,58
10 - 14	45	50	95	5,14
15 - 19		6	6	0,32
20 - 44	193	553	746	40,49
45 - 64	169	527	696	37,68
65 y Más	13	94	107	5,79
Total	551	1 296	1 847	100

Elaborado por la Coordinación de Investigación y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana con datos de la CCSS.

Creado con Datawrapper

Ante la pregunta ¿cuántos de estos pacientes obesos requirieron una cirugía bariátrica para salvar su vida? El departamento de Estadísticas de la Caja Costarricense del Seguro Social contabilizó entre el 2018 al 2023, un total de 159 egresos debidos a obesidad con desviación gástrica proximal, los cuales representan 17% de los internamientos por esta enfermedad.

La cirugía de desviación gástrica proximal provoca la creación de una pequeña bolsa gástrica mediante el grapado del estómago que limita la cantidad de alimentos que se puede consumir. Al mismo tiempo, se realiza una derivación intestinal para reducir la absorción de calorías y nutrientes.

Al analizar el comportamiento anual, los años 2022 y 2023 tienen las cifras más altas por este tipo de internamientos, 117 egresos, los cuales son 74% del total. Sin embargo, solo el año pasado hubo un crecimiento del 155%. Por ello, tiene una tasa nacional de 1.60 personas con una cirugía de desviación gástrica proximal por cada 100 mil habitantes.

Por sexo, un 84.27% de los pacientes eran mujeres y un 15.72% varones. Este periodo tiene una razón de 5.36 féminas sometidas a una cirugía de desviación gástrica proximal por cada varón. El 2023 fue de 5.46:1

CUADRO 3
Egresos anual de pacientes debido a obesidad con desviación gástrica proximal. Detalle por sexo.

Año	Pacientes	Tasa Nacional	Hombres	Mujeres	Razón M/H
2018	5	0,10	1	4	4,00
2019	14	0,28	3	11	3,67
2020	9	0,18	0	9	9,00
2021	14	0,27	2	12	6,00
2022	33	0,63	6	27	4,50
2023	84	1,60	13	71	5,46

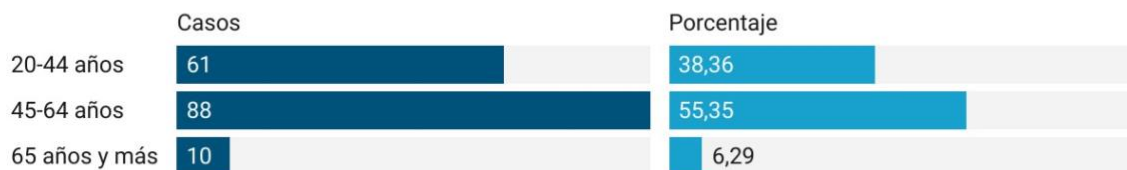
Elaborado por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana con datos de la CCSS.

Creado con Datawrapper

El detalle por edad de los internamientos por este tipo de cirugía bariátrica ubica en el primero lugar al subgrupo de 45 a 65 años con 88 pacientes, los cuales representan el 55.35%. Luego, aparecen los pacientes de 20 a 44 años con el 38.36%.

Cuadro 4

Egresos hospitalarios por subgrupo de edades debidos a obesidad con desviación gástrica proximal



Elaborado por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana con datos de la Caja Costarricense del Seguro Social.

Creado con Datawrapper

¿Dónde se realizan la mayoría de estos procedimientos bariátricos? Alajuela ocupa el primer lugar con un número acumulado de 63 egresos. En la segunda posición está San José con 42 pacientes. Mientras, Cartago apenas registró 4 casos.

A nivel de las provincias costeras, Puntarenas y Guanacaste tiene entre 12 a 11 casos. En cambio, Limón no registra ningún procedimiento.

MAPA 1

Número acumulado de egresos hospitalarios según provincia de pacientes por obesidad con desviación gástrica proximal. Periodo 2018-2023



Creado con Datawrapper

MORTALIDAD SILENCIOSA POR OBESIDAD Y SU IMPACTO EN EL PAÍS

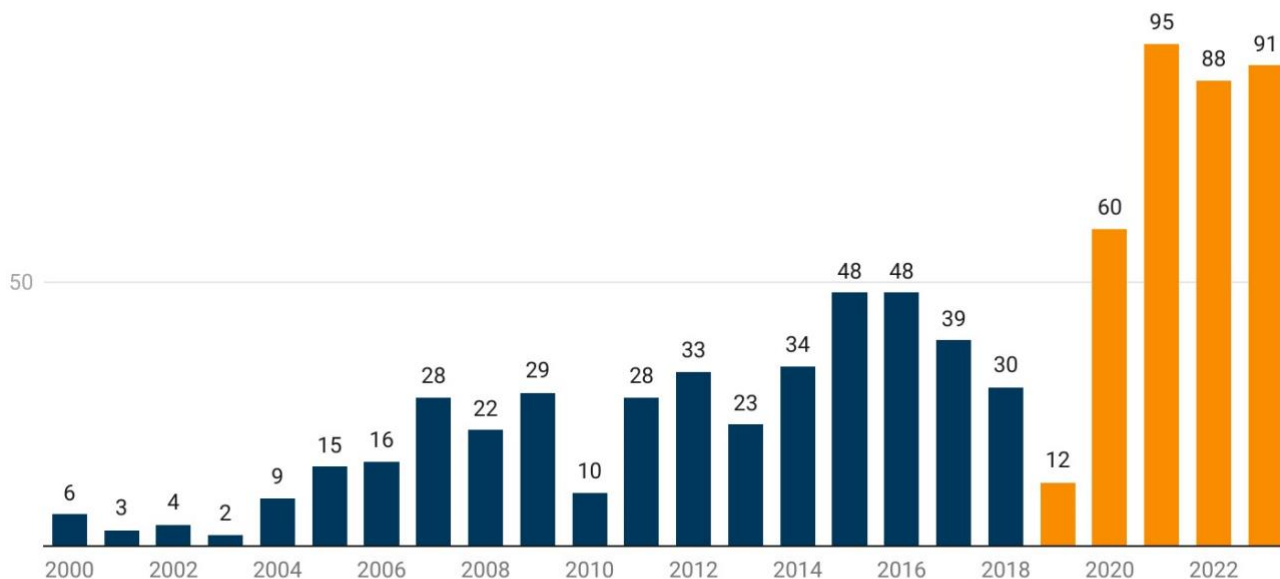
En estos últimos 24 años, la obesidad ha cobrado la vida de al menos 773 personas en el país. Se hace la anotación, pese a que el número total de muertes del 2023 no se ha publicado oficialmente, se divulgó que en el primer semestre se registraron 51 decesos. Con base a estos datos, esta coordinación proyectó un total 91 defunciones durante el año pasado.

Al revisar todo el periodo, dicha mortalidad presenta tres escenarios diferentes. Entre los años del 2000 al 2010, los registros no superan las 30 muertes por año. Luego, entre los años 2015 hasta el 2018 se da un cambio, las víctimas aumentan hasta un máximo de 48 defunciones, es decir, un crecimiento anual de hasta un 60%.

El tercer escenario empieza en el 2019 hasta el 2023, las defunciones caen a 12 y luego crecen abruptamente hasta 95 muertos en el 2021, un salto brutal de hasta un 691.66 %, que coinciden con el segundo año de pandemia. En promedio una muerte cada cuatro días. Sin embargo, llama la atención el brusco descenso de muertes por obesidad en el año 2019, cuya causa no pudimos encontrar.

GRÁFICO 2

Comportamiento anual de la mortalidad por obesidad. Periodo del 2000 al 2023 (*). Costa Rica.



Elaborado por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina de la Universidad Hispanoamericana con datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Para el año 2023, se hace una proyección.

Creado con Datawrapper

Otro dato importante del periodo del 2000 al 2022, solo el 89% de los pacientes con obesidad recibió asistencia médica durante la enfermedad hasta su fallecimiento. Mientras, se desconoce las razones por las cuales el otro 11% no tuvo esta oportunidad, principalmente aquellos decesos clasificados como otros tipos de obesidad u obesidad no específica.

CUADRO 5

Número de pacientes obesos fallecidos que recibieron asistencia médica durante la enfermedad. Período 2000-2022. Costa Rica.

Código	Tipo de enfermedad	Sí	No	Total
E660	Obesidad debida al exceso de calorías	1	2	3
E662	Obesidad extrema con hipoventilación alveolar	108	6	114
E668	Otros tipos de obesidad	362	35	397
E669	Obesidad no específica	134	34	168

Elaborado por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina de la Universidad Hispanoamericana con datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.

Creado con Datawrapper

En la economía y en el hogar, ¿cómo impacta la obesidad? Para ello, analizamos las ocupaciones según el número de muertes acumuladas en el periodo del 2000 al 2022. A continuación, detallamos los cinco primeros lugares.

En el primer lugar, se ubican el administrador (a) del hogar con el 35.79% del total. Al revisar por sexo, encontramos que 241 son mujeres y apenas 2 varones.

En el segundo lugar, están la categoría ignorada con un 16.20 %, es decir, se desconoce a que oficio o profesión se dedicaban 50 hombres y 60 féminas.

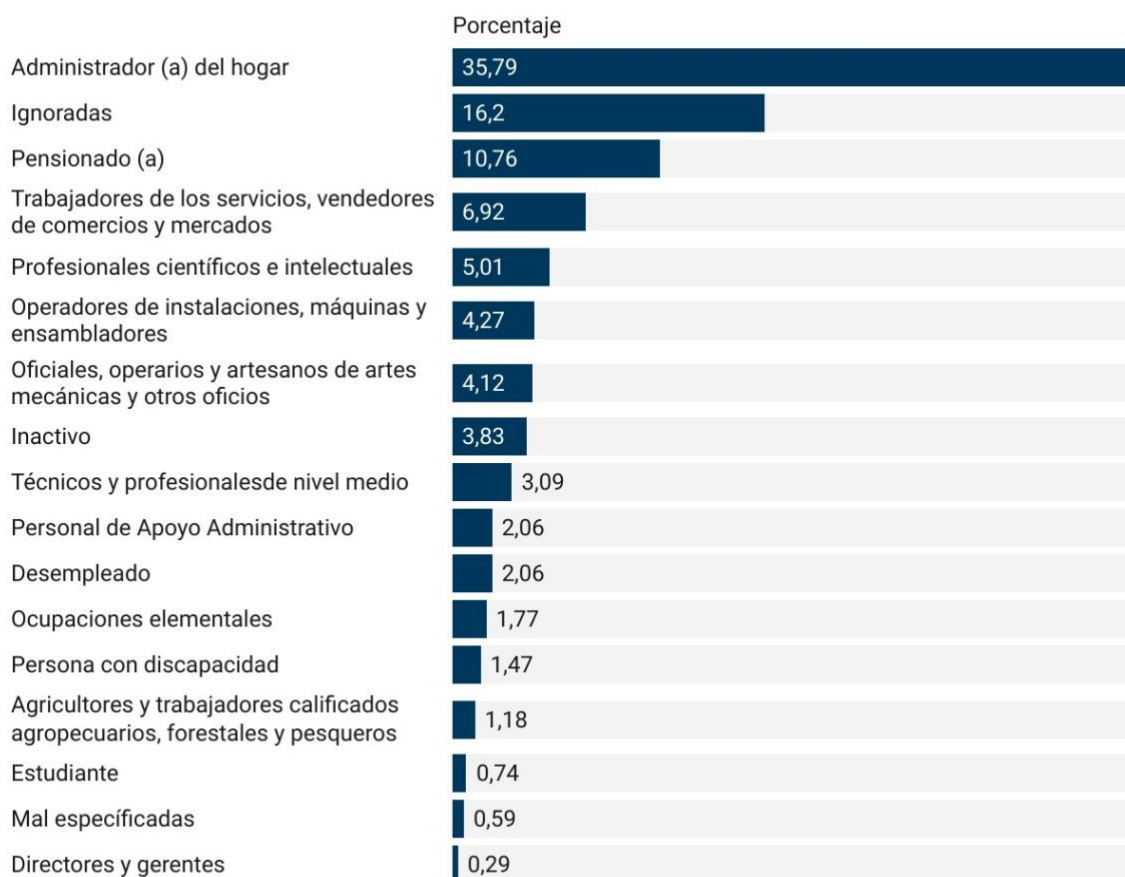
En un tercer lugar, 73 eran pensionados, representan el 10.76 %.

En la cuarta posición están 47 trabajadores de los servicios, vendedores de comercios y mercados, los cuales representan un 6.92%. Llama la atención que principalmente son 41 hombres y apenas 6 mujeres.

En el quinto lugar están los profesionales científicos e intelectuales con un 5.01%, 24 son varones y 10 féminas.

Gráfico 3

Impacto de la mortalidad por obesidad según ocupación. Periodo 2000 al 2022. Costa Rica.



Elaborado por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana con datos del INEC.

Creado con Datawrapper

OBESIDAD COBRARÁ UNA DURA FACTURA POR OBESIDAD AL PAÍS

Según la Federación Mundial de Obesidad en su informe "Atlas de la Obesidad del 2022", se proyecta que, en los próximos siete años, la obesidad tendrá un impacto devastador en el país.

Las tendencias actuales en hábitos alimenticios poco saludables y la falta de ejercicio físico están contribuyendo a este preocupante escenario. Los expertos de la FMO estiman que aproximadamente 2.252.190 habitantes alcanzarán un índice de masa corporal (IMC) que oscilará entre 30 y 40, lo que se considera dentro de la categoría de obesidad GRADO I Y GRADO II según los estándares de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Es importante hacer la observación que para el 2030, se estima una población de 5.563.906 habitantes, con estos datos un 40.48 % estará en riesgo de perder su vida, al ser en especial la obesidad, condiciones para desarrollar otras enfermedades crónicas como la hipertensión, algunos tipos de cáncer, diabetes tipo 2, enfermedad isquémica del corazón, que como es conocido, son las principales causas de muerte en el país.

CUADRO 6

Estimación sobre la prevalencia de la obesidad en la población adulta en Costa Rica para el 2030. Atlas Mundial de Obesidad 2022 de la FMO.

Prevalencia de Obesidad en adultos	Hombre	Prevalencia Hombres	Mujer	Prevalencia Mujeres	Total casos
Obesidad IMC $\geq 30\text{kg/m}^2$	635 748	31,19%	872 593	41,81%	1 508 341
Obesidad grave IMC $\geq 35\text{kg/m}^2$:	188 447	9,25%	374 997	17,97%	563 444
Obesidad grave (Clase III) IMC $\geq 40\text{kg/m}^2$.	66 037	3,24%	114 368	6,92%	180 405
Total	890 232		1 361 958		2 252 190

La estimación fue presentada en el Atlas de la Obesidad 2022 elaborado por la Federación Mundial de Obesidad

Creado con Datawrapper

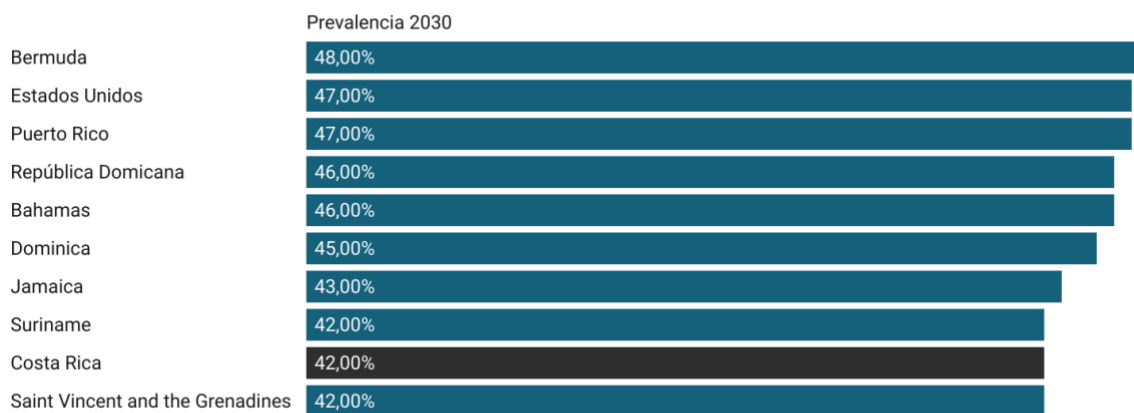
Estos datos según el tipo de obesidad con IMC $\geq 30\text{kg/m}^2$, la prevalencia en mujeres será del 41.81%, superando a los hombres con una prevalencia del 31.19%.

La misma situación se repite con la obesidad de IMC $\geq 35\text{kg/m}^2$ y IMC $\geq 40\text{kg/m}^2$. Las féminas son las más afectadas.

Otra alarmante proyección, ubica a Costa Rica en el noveno lugar de los 10 primeros países de América con alta prevalencia de obesidad en mujeres para el 2030. Se calcula que un 42%, unas 1.164.287 féminas. También, preocupa por ser el único país de Centro y Suramérica (con excepción de Suriname) dentro de esta clasificación.

Gráfico 4

Países en América con la prevalencia estimada más alta de obesidad entre mujeres para el año 2030. Atlas Mundial de la Obesidad de la FMO



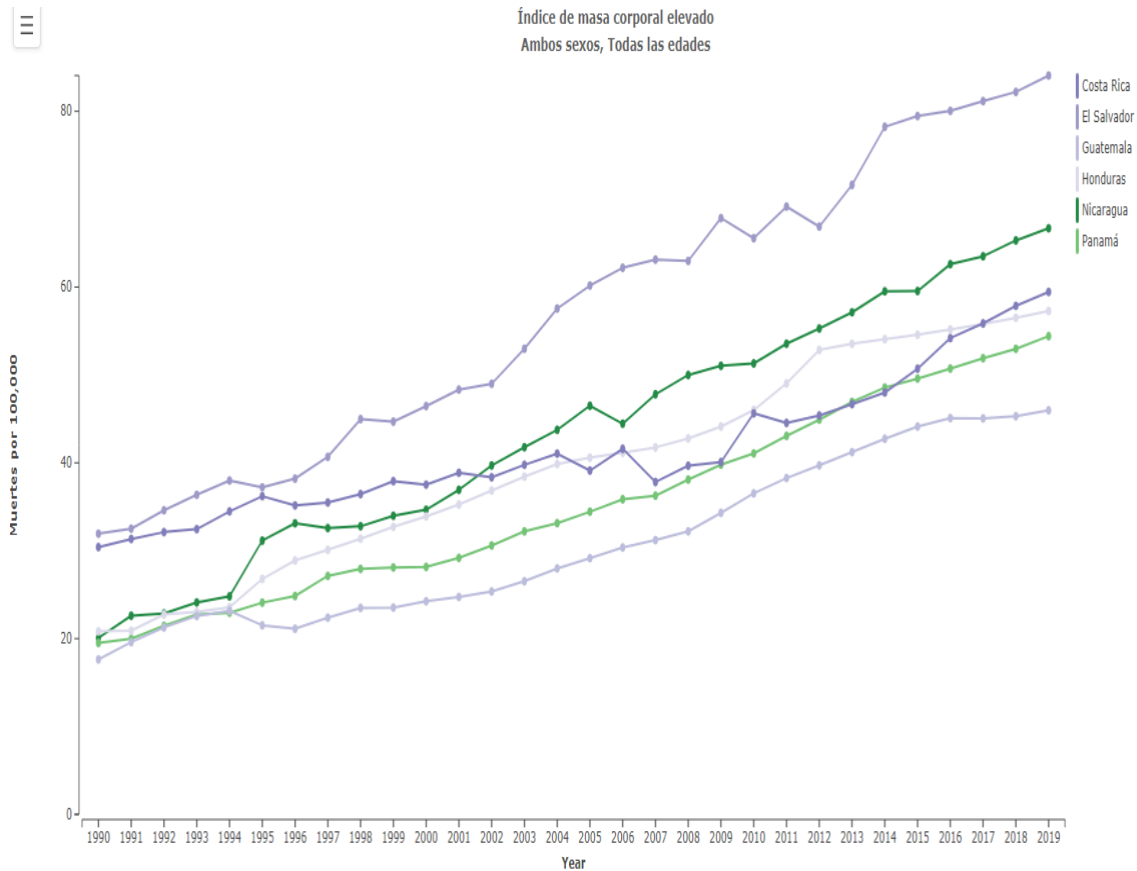
Elaborado por la Coordinación de Investigación de la Escuela de Medicina y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana con datos del Atlas Mundial de la Obesidad del 2022 de la Federación Mundial de Obesidad.

Creado con Datawrapper

También, la población infantil será afectada por la obesidad, específicamente el subgrupo de 5 a 9 años se calcula al 2030 habrá unos 79.383 niños con una prevalencia del 24.20%. Luego, en el subgrupo de 10 a 19 años, la proyección es de 133.975 adolescentes obesos, una prevalencia del 18.90%.

GRÁFICO 5

MORTALIDAD POR OBESIDAD EN COSTA RICA Y DEMÁS PAÍSES CENTROAMERICANOS. TASAS POR 100.000 HABITANTES. 1990-2019



En 1990, la tasa de mortalidad en Costa Rica por obesidad fue de 30,4 por cien mil habitantes, la cual subió a 37,5 en el año 2000. Continuó incrementándose en los años subsiguientes ubicándose en 50,7 en el 2015 y luego llegó 59,4 por cien mil habitantes en el año 2019. Es decir, entre los años extremos de la serie, tuvo un incremento de un 95,4 %, lo cual quiere significar que prácticamente la tasa se duplicó. En los últimos cinco años (2015-2019), el aumento fue equivalente a un 17,5 %, lo que corresponde a un incremento interanual de 3,5 %, superior al estimado 2,5 % por la “Federación Mundial de Obesidad” para el periodo 2010-2030 que por ellos es considerado “alto”.

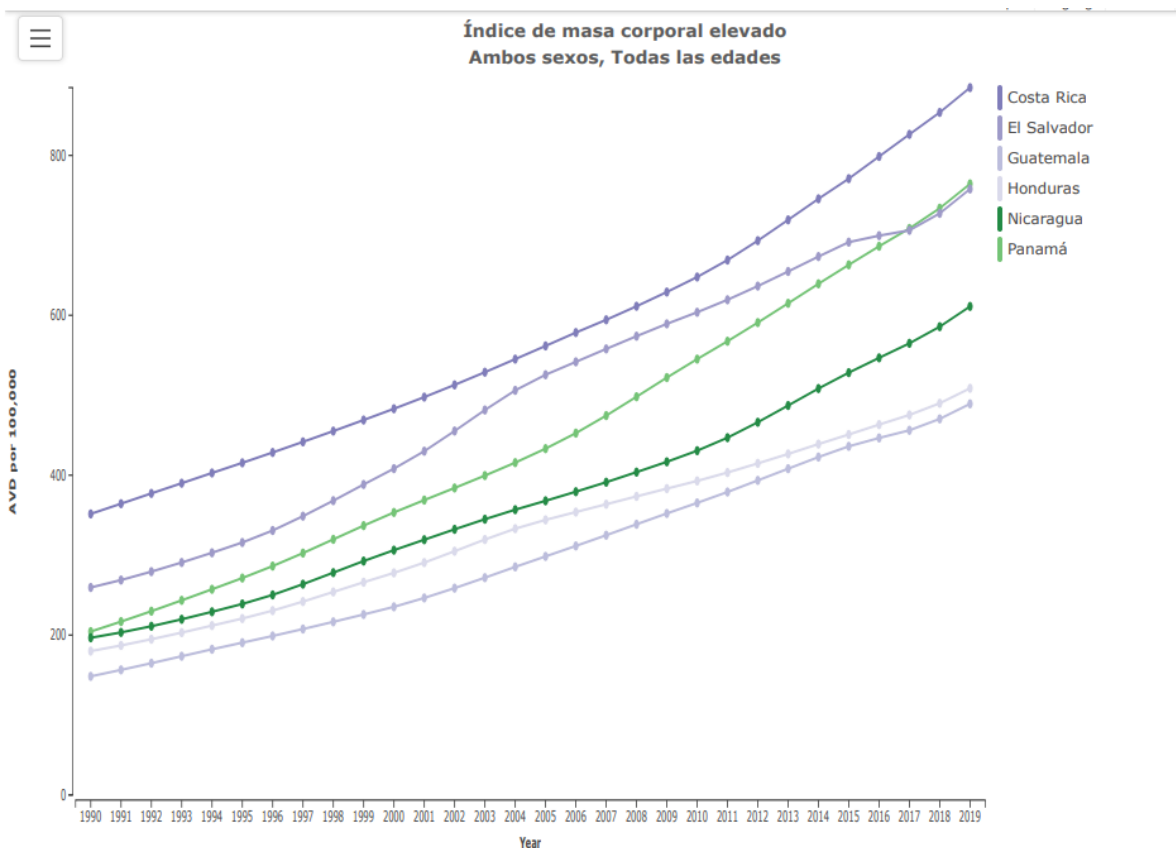
CARGA DE LA ENFERMEDAD EN COSTA RICA POR OBESIDAD, 1990-2019.

En el gráfico 5 tenemos el peso de la discapacidad por obesidad en Centroamérica observándose que Costa Rica, durante toda la serie cronológica ha ocupado el primer lugar. Representa el 8,19 % del total de Años de Vida con Discapacidad.

El incremento entre los años extremos de la serie fue de 151,6 %. Para los últimos cinco años, el aumento entre el 2015 y el 2019 fue equivalente a un 14,7 %.

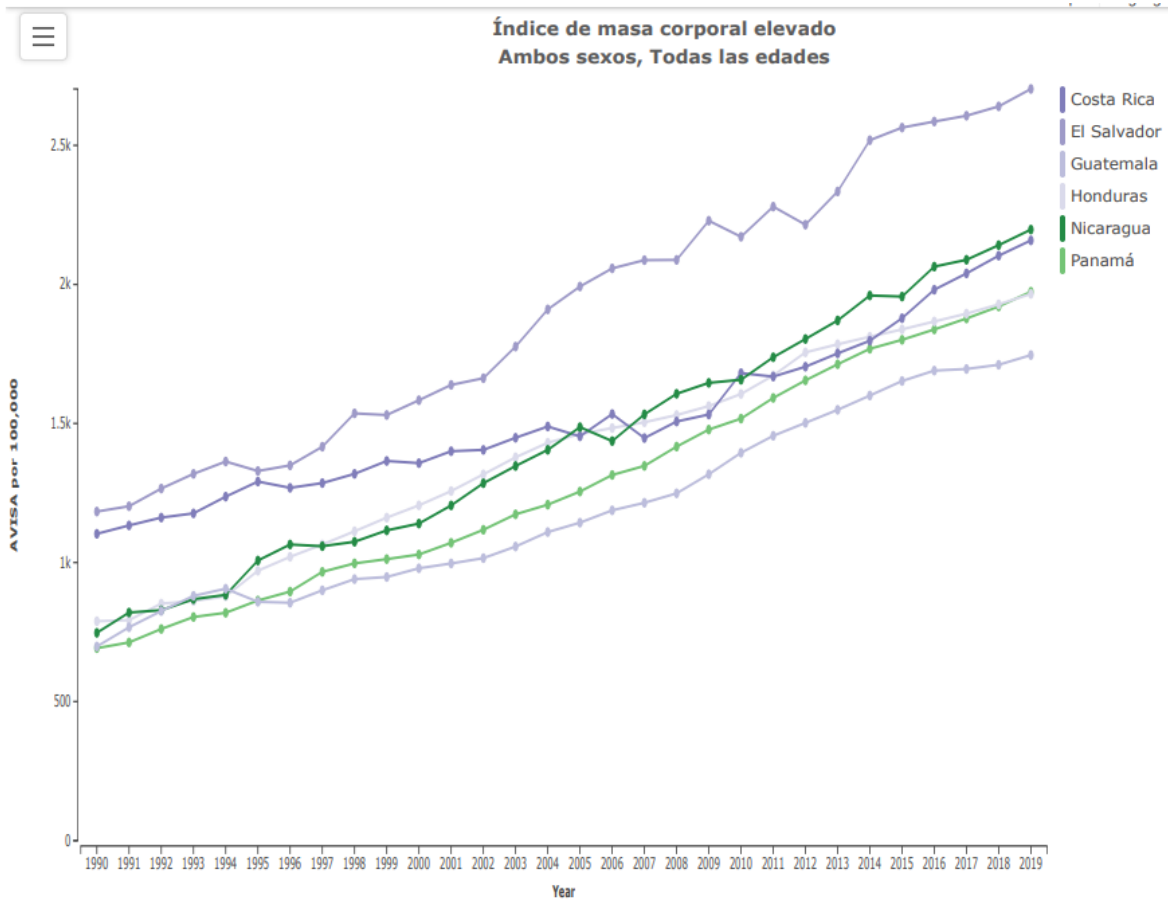
GRÁFICO 6

AÑOS DE VIDA CON DISCAPACIDAD (AVD) DEBIDO A ÍNDICE DE MASA CORPORAL ELEVADO, EN COSTA RICA Y CENTROAMÉRICA. 1990-2019.



AVISA O AVAD (DALYs) POR ÍNDICE DE MASA CORPORAL ELEVADO EN COSTA RICA Y DEMÁS PAÍSES DE CENTROAMÉRICA. 1990-2019

GRÁFICO 7



En los AÑOS de VIDA AJUSTADOS POR DISCAPACIDAD (AVAD O DALYs EN INGLÉS) Costa Rica durante todo el lapso de la serie cronológica, ocupó el tercer lugar en Centroamérica, antecedido por El Salvador y Nicaragua. Esto se explica porque el 59 % de los AVAD en nuestro país, está constituido por los Años de VIDA PREMATURAMENTE PERDIDOS. En cambio, en el Salvador, el 72,0 % de los AVADs está conformado por los AVPP, por lo que hace que este último indicador sea mayor.

En Costa Rica, entre el año 1990 y el 2019, el incremento de la tasa de AVADs fue de 95,6 %, es decir, prácticamente se duplicó. En los últimos cinco años, el incremento porcentual fue de 15,4 %. Constituyen el 9,4 % del total de AVADs.

REM. 29/02/24.