



Alimentación, sobrepeso y obesidad: una visión de género

Sara Elena Pérez Gil Romo
INNSZ

18 de septiembre 2013

Objetivo

- Compartir algunas reflexiones (¿o preocupaciones?) acerca del sobrepeso y obesidad en México
- ... insistir en la necesidad de incluir la perspectiva de género en los estudios de alimentación y nutrición

Los problemas



El sobrepeso y la obesidad se han convertido en las últimas décadas en uno de los principales problemas de salud pública

En el momento actual, el discurso médico parece muchas veces “montarse” en el discurso estético, o ¿al revés?

El aumento del estigma hacia las personas con sobrepeso y obesidad, en particular, hacia las mujeres

La epidemia

En 2005 aproximadamente 1,600 millones de personas mayores de 15 años tenían sobrepeso y 400 millones padecían obesidad; entre los niños y las niñas menores de 5 años se calculó que a nivel mundial al menos 20 millones tenían sobrepeso

Un aspecto relevante de la epidemia global de obesidad es su mayor impacto en la población femenina y afecta a las poblaciones de países tanto desarrollados como en desarrollo.

- La última encuesta nacional de alimentación de México-2012, señala que alrededor del 72% de las mujeres y el 67% de los hombres padecen obrepeso y obesidad



Sin embargo,

- La alimentación representa una instancia cotidiana de la vida social de los grupos poblacionales y es parte de su cultura, consecuentemente cobra significados y sentidos transmitidos y atraviesa aspectos sociales, culturales y afectivos, ubicándose en el mundo de la vida





...la alimentación es determinada por:

- Presupuesto
- Disponibilidad
- Accesibilidad
- Preferencias y aversiones





- ...el aumento en la prevalencia de obesidad entre las mujeres pobres de los países en desarrollo se ha convertido en un factor más, que profundiza las ya marcadas inequidades en salud generadas por las enfermedades infecciosas, las deficiencias nutricionales y la mortalidad materna y perinatal



1960

Indios Pima



2004

*Marx, J. Unraveling. The Causes of
Diabetes SCIENCE VOL 296 26 APRIL
2002*

¿Y que tenemos hasta ahora?

Ya hicimos visibles a las mujeres

**Ya mencionamos las diferencias entre los sexos , y ahora
¿qué hace falta?**

...reflexionar y tratar de comprender lo que sucede con unas y otros en una relación jerárquica, que establece el diferencial social de las condiciones de nutrición, de salud y de vida para cada uno de los sexos

¿Por qué las mujeres tienen mayor propensión a la obesidad?

Biológicamente

- ...las mujeres tienen un mayor porcentaje de grasa corporal, lo que implica un gasto energético menor al de los hombres
- ...la masa grasa, que modula procesos hormonales ligados a la reproducción y cubre demandas de energía durante el embarazo y la lactancia, representa en las mujeres hasta el 28% del peso corporal mientras en los hombres el porcentaje es de la mitad

Desde la perspectiva de género

- ...la mujer en el campo de la salud es: la responsable, la cuidadora, la depositaria, la correa entre los servicios de salud y el hogar, la beneficiaria de las acciones, etc.
- ...la mujer es, sobre todo, quien nutre y alimenta a los demás y esa parte de la construcción de la identidad cuestiona la posibilidad de cuidar su propio bienestar

- ...los episodios relacionados con la reproducción biológica, como el embarazo, el parto y los espacios intergenésicos, aunados a un intensivo cuidado de los hijos (reproducción social) y a una mala alimentación, constituyen riesgos importantes para la salud de las mujeres



- ...las mujeres suelen tener un contacto permanente con los alimentos, ya que, por lo general, la compra, la preparación y la distribución de la comida siguen siendo en la mayoría de las sociedades actividades primordialmente femeninas
- ...la selección de alimentos por las mujeres tiene más que ver con los gustos y los hábitos de alimentación de sus familias que con el valor nutricional de la comida, en tanto la alimentación es un fenómeno social

- ...la publicidad refuerza el papel tradicional de las mujeres en la familia a través de mensajes que promueven una gran variedad de productos procesados, cuyo consumo “es una muestra de su eficiencia como amas de casa, madres y esposas”
- ...quienes pertenecen a los sectores sociales altos cuentan con los recursos necesarios para consumir alimentos frescos y saludables, que son los de mayor precio en el mercado, y tienden a tener dietas más equilibradas con un mayor consumo de frutas y verduras, y con pocas grasas y azúcares

- ...en las mujeres la obesidad no sólo está relacionada con la falta de acceso a los alimentos o con el desconocimiento de su valor nutritivo...
- ...a pesar de los estereotipos para caracterizar a las mujeres de los sectores populares, muchas saben lo que *se debe* comer pero sus patrones de consumo alimentario obedecen a lo que en realidad pueden comprar: alimentos procesados, baratos, de alta densidad energética y con escaso valor nutricional

En síntesis...

¿Dónde están las mujeres en la situación con la que estamos trabajando?

¿Por qué se encuentran en esa situación?

Si no están presentes ¿por qué no lo están?

...y si lo están ¿qué hacen exactamente? ¿qué les sucede?, ¿cómo se perciben?

¿Qué significa para las mujeres la situación?

¿Qué ocurre con los hombres?

¿Por qué ellos están en una situación diferente o similar?

... desde una perspectiva sociocultural, nos
interesa:

- Por qué se come y por qué no se come
- Cuáles son las diferencias entre los sexos
- Con quién se come
- En qué momento se come
- Qué se sabe acerca de lo que se come
- Qué significado tiene lo que se come
- Cuáles son las representaciones de lo que se come

Finalmente

La incorporación de la categoría de género, permite abordar, más no resolver, los niveles de complejidad que se conforman entre lo masculino y lo femenino, no obstante, es un gran reto incluir esta perspectiva que ofrece otro tipo de conocimientos en estas temáticas, esto es, el sobrepeso y la obesidad

GRACIAS

seperezgil@yahoo.com.mx