

Lecciones para el gremio y para el poder:  
Revelar fuentes puede ocasionar la muerte del informante y hasta del comunicador

LUNES 21 DE JULIO DE 2003 ■  
MEXICO D.F., AÑO DIECINUEVE ■ NUMERO 6788 ■

## Diecinueve ONG se reservan aprobar las conclusiones del caso Digna Ochoa

□ Anuncian que revisarán los resultados de la PGJDF □ Grupo internacional pedirá la intervención de la CIDH para “controversar” la investigación de la fiscalía □ López Obrador: se darán todas las facilidades para presentar nuevas pruebas

B. PETRICH, B.T. RAMIREZ Y S. GONZALEZ **PÁG 8**

## El 2 de octubre del 68 habrían actuado como francotiradores más de 260 halcones

GUSTAVO CASTILLO **PÁG 10**

## Podría presentarse una nueva lluvia de ceniza en el DF por la actividad del Popo

**PÁG 38**

## Inventariadas en el TSJDF, sillas con valor unitario de más de \$111 millones

**PÁG 36**

## México venció 5-0 a Jamaica y avanza a semifinales de la Copa Oro

**PÁG 21a**

**HOY**

**Ojerasca**  
o la jornada

IVÁN RESTREPO **15**

HERMANN BELLINGHAUSEN **5a**

JOSÉ CUELI **20a**

**OPINION**

# La Jornada

DIRECTORA GENERAL: CARMEN LIRA SAADE ■ DIRECTOR FUNDADOR: CARLOS PAYAN VELVER ■

## En México, gordos por necesidad

La obesidad es ya una enfermedad que afecta cada vez más a los pobres

■ CAROLINA GOMEZ MENA

Se dice que somos lo que comemos, pero no siempre comemos lo que debiéramos, sino lo que se puede; lo que es posible comprar. Esto es, en gran parte, lo que explica por qué la mayoría de los mexicanos está “mal comiendo” y por qué no siempre la obesidad es consecuencia del bienestar económico, sino más bien el “reflejo de la pobreza”.

Hay que hacer una distinción entre lo que podría denominarse sobrepeso por vocación, por ganas, por tener disponibilidad económica para comprar los alimentos que se deseen; en otras palabras, por glotonería, y el que resulta de la carencia de recursos: también se es gordo por necesidad, porque se debe optar por las calorías baratas, por los alimentos que caen en la categoría de la famosa *vitamina t*, tacos, tortas, tamales...

Los pobres son el grupo en el que con más celeridad se observan altos niveles de deterioro nutricional, porque tienen que sustituir la ingesta de caloría de calidad por alimentos energéticos económicos, dicen los especialistas. Un estudio realizado en 1998 reveló que los integrantes de los estratos bajos consumen, en promedio, 22 litros mensuales de refresco.

“Luego nos preguntamos por qué obtenemos los últimos lugares en rendimiento escolar. ¡Bueno!, ¿y qué esperábamos? Para un buen desarrollo escolar se requiere tener una alimentación balanceada, pero lo que les estamos dando a los niños son básicamente carbohidratos”, señaló Felipe Torres Torres, investigador titular del Instituto de Investigaciones Económicas de la UNAM.

Según el experto, coautor del libro *La alimentación de los mexicanos en la alborada del tercer milenio*, son los pobres a quienes las crisis económicas les pegan en el estómago. Son también los que habrán de pagar la factura en pocas décadas, pues a un país le “sale caro entretener el hambre con alimento chatarra, carbohidratos y grasas”.

Antes de 1994 una familia requería poco menos de tres salarios mínimos para adquirir la canasta básica; en 2000 ya se requerían más de cuatro para acceder a ella. Si se toma en cuenta que los analistas calculan que después de la crisis de 1994 unos 60 millones de mexicanos estaban empobrecidos, entonces casi 60 por ciento de la población estaba por debajo del consumo mínimo ali-

menticio.

En México 40 por ciento de la población carga kilos de más. La más reciente Encuesta Nacional de Nutrición reveló un incremento “considerable en la prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población adulta de México”. Entre las mujeres de 12 a 49 años de edad la incidencia es de 52.5 por ciento, pero hay estados, especialmente los del norte, en los que el porcentaje se eleva hasta en 10 por ciento sobre el promedio nacional. Tal es el caso de Sonora, comentó Leopoldo Vega Franco, investigador del Departamento de Salud

Pública de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Para este experto en salud pública es preocupante el aumento de la obesidad entre los niños. Mientras en 1988 la prevalencia era de 4.8 por ciento en los menores de 5 años, una década después ya era de 5.3 por ciento, es decir, poco más de 40 mil niños se sumaron a las filas de los excedidos de peso.

Pero la situación es más grave aún entre los de 5 a 11 años. En este grupo 27.5 por ciento presenta sobrepeso u obesidad. “Si los niños padecen obesidad durante los primeros cinco años de



MARCO PELAEZ

En México, según la más reciente Encuesta Nacional de Nutrición, hay un incremento considerable de la obesidad debido a las deficiencias alimentarias