

Según se desprende de una encuesta realizada por la Sociedad Española de Obesidad

### **3 de cada 4 adultos españoles con obesidad se sienten discriminados a causa de su peso**

- **Un 74% de los encuestados está totalmente o bastante de acuerdo con que la sociedad discrimina a las personas con sobrepeso u obesidad**
  - **Una parte de las personas encuestadas piensa que las personas con sobrepeso u obesidad tienen menor capacidad para ocupar un cargo directivo o público**
- **Casi un tercio de los padres que tienen niños/as con sobrepeso u obesidad creen que sus hijos/as sufren acoso por esta razón**
- **Hasta un 40% de las personas encuestadas piensa que la obesidad no es una enfermedad, sino que es producto de la falta de control**
- **La encuesta refleja la alarmante situación de la obesidad en nuestro país: más del 50% de las personas entrevistadas presentan sobrepeso u obesidad**

30 de octubre 2023.- El **sobrepeso y la obesidad** no sólo siguen siendo enfermedades **muy frecuentes en España**, sino que el estigma negativo asociado al exceso de peso **se mantiene y, además, se cronifican algunas actitudes discriminatorias**. Así se desprende de una encuesta telefónica llevada a cabo por la **Sociedad Española de Obesidad (SEEDO)\*** a un millar de ciudadanos/as españoles, donde se pone de relieve que este problema de salud sigue siendo imparable en nuestro país, especialmente entre los varones más jóvenes. La encuesta, además, pone el foco en el estigma social de la obesidad, confirmando tendencias preocupantes.

En una publicación reciente a nivel europeo, basada en datos de 2016, la Organización Mundial de la Salud (OMS), recogía una tasa de obesidad en adultos en España del 23,8%, mientras que un 37,8% de las personas adultas en nuestro país presentan sobrepeso. En la **presente encuesta de la SEEDO** se refleja también esta realidad; en concreto, **un 34,7% de los encuestados presenta sobrepeso y un 17,6% obesidad**, afectando en conjunto a más de la mitad de la sociedad (52,3%).

Como indica la presidenta de la Sociedad Española de Obesidad, **María del Mar Malagón**, *“las encuestas telefónicas que realizamos en la SEEDO desde hace una década no sólo constatan estos datos cada año si no que, además, ponen de manifiesto que este problema de salud sigue siendo imparable en nuestro país”*. A su juicio, **“esto es especialmente grave, ya que el aumento del índice de masa corporal es uno de los principales factores de riesgo de enfermedades como el cáncer y las enfermedades cardiovasculares, además de aumentar el riesgo de padecer problemas psicológicos y mentales; de hecho, las personas que padecen obesidad suelen sufrir prejuicios y estigmatización social por su peso, algo que evidencia esta encuesta de la SEEDO”**.

Según lo explica Albert Lecube, vicepresidente de SEEDO, *“el sesgo de peso se refiere a la ideología negativa, como prejuicios y estereotipos sociales, asociada a la obesidad”*; este sesgo, añade, *“produce el estigma y la discriminación basadas en el peso,*

es decir, todos los actos discriminatorios dirigidos hacia las personas debido a su peso y tamaño”. Como sociedad científica, SEEDO está comprometida en “erradicar cualquier **actitud discriminatoria** de la sociedad hacia cualquier persona que sufre una enfermedad crónica, como es el exceso de peso, y de ahí la **importancia de visibilizar este problema en nuestro país**, tal y como lo refleja esta encuesta”, subraya su presidenta.

### Una foto de la realidad

Tomando como indicador de exceso de peso el Índice de Masa Corporal (IMC), se considera que el peso es normal cuando el rango se sitúa entre 18,5 y 25,0 Kg/m<sup>2</sup>; entre las personas participantes en la entrevista de la SEEDO, el **IMC medio se sitúa en 26,8 kg/m<sup>2</sup>**, una cifra comparable, e igualmente preocupante, a las publicadas por organismos oficiales para España y otros países de nuestro entorno. Llama la atención, además, “los datos de obesidad entre los más jóvenes (18-24 y 25-34 años), así como la mayor presencia de sobrepeso/obesidad entre los varones, que registran un IMC medio en torno a 3 puntos superior al que se observa en mujeres”, detalla **Lilliam Flores**, vocal de la Junta Directiva de SEEDO, quien matiza que “las cifras de obesidad pueden ser aún mayores que las recogidas en nuestra encuesta, ya que se acostumbra a dar un peso más bajo y una talla mayor de las reales cuando se pregunta a la población”.

Pero, además de valores objetivos, esta encuesta ha evaluado la **percepción subjetiva** de las personas encuestadas, sin evidenciarse en este caso diferencias significativas entre sexos. Curiosamente, y aunque la tasa de obesidad es mayor en hombres, el porcentaje de hombres que considera que tiene exceso de peso es menor que el de mujeres (49,0% vs. 50,2%, respectivamente); se observa, además, un incremento de la percepción del exceso de peso conforme avanza la edad, de manera que son las personas con más de 65 años las que consideran en mayor proporción que tienen un peso superior al normal.

Se confirma el reconocimiento por parte de las personas encuestadas del trascendental papel que tienen la genética y el entorno en el desarrollo de obesidad. En general, se observa que **las personas con obesidad tienen en mayor medida un entorno familiar de personas que también presentan sobrepeso u obesidad**, sobre todo en la figura de la madre (20,3%) y hermanos (23,7%). Como indica la **Dra. Malagón**, “estos datos de la encuesta están en línea con la evidencia científica creciente que apoya que la obesidad no es el resultado de una decisión individual si no que son muchos los factores que condicionan y promueven esta enfermedad, incluidos, entre otros, factores biológicos”.

### Discriminación y estigma

Este sondeo liderado por la SEEDO también evidencia el arraigo y mantenimiento del estigma y discriminación asociado con el exceso de peso. Tal y como resalta el **Dr. Lecube**, “entre quienes tienen **hijos con sobrepeso u obesidad, casi 3 de cada 10 declaran que los menores sufren discriminación**”; esto, además, les causa un gran impacto emocional: **más del 70% de los padres están muy o bastante preocupados por este aspecto**. Sin embargo, este hecho contrasta con otro dato para la reflexión: cerca de un tercio de las personas con hijos/as declaran que les incomodaría que las amistades de sus descendientes tuvieran sobrepeso/obesidad.

### Entre la enfermedad y la falta de control

Aunque está demostrado que la obesidad es una enfermedad crónica y recidivante, y a pesar del reconocimiento de la importancia de la genética y el entorno en su desarrollo, hasta el **41% de las personas encuestadas aún piensan que es un problema de “falta de voluntad”, no una enfermedad**, poniendo así a la obesidad como responsabilidad exclusiva de las personas que la padecen. En esta percepción existen claras diferencias por

género: 49% de los hombres vs 34% de las mujeres creen que la obesidad es debida a una falta de control.

En la misma línea, **el 70,2% de los encuestados considera que comer menos y hacer más ejercicio es suficiente para tratar el sobrepeso u obesidad**; de nuevo, las mujeres y los más jóvenes están menos de acuerdo con esta afirmación. En este sentido, el **Dr. Lecube** insiste en que *“se debe dejar de culpabilizar a la persona con obesidad. La obesidad no es una enfermedad moral, no es una elección del propio individuo. Uno no escoge a la obesidad, la obesidad te escoge a ti”*.

Con todo, y según se valora positivamente desde la SEEDO, hay una amplia mayoría de la población que demanda la financiación pública de los tratamientos farmacológicos para la obesidad. **El 68% está total o bastante de acuerdo con que los fármacos para tratar la obesidad sean financiados por el sistema público de salud.**

### **Ejemplos de discriminación y estigma por el peso**

En general, se asume de forma mayoritaria la carga discriminatoria que aún recae sobre la obesidad: **un 74% de las personas entrevistadas está totalmente o bastante de acuerdo con que la sociedad discrimina a las personas con sobrepeso u obesidad**. De hecho, **3 de cada 10 personas declara que ha podido llegar a experimentar algún tipo de prejuicio o rechazo hacia una persona con sobrepeso u obesidad**. Por ejemplo, llama la atención que **un 12% de los encuestados piensan que las personas con obesidad están menos capacitadas y tienen menos aptitudes para ocupar un cargo directivo o un cargo público que las personas que se encuentran en un rango de peso considerado normal**.

Llevándolo a los comportamientos individuales, se pone de manifiesto que el 22% de la población encuestada llevaría mal tener un jefe con sobrepeso u obesidad, y un 25% no votaría a un político con sobrepeso. Y en el ámbito personal, alrededor del **30% de la población declara que nunca o difícilmente podría llegar a enamorarse de una persona con sobrepeso u obesidad**; incluso entre las personas con obesidad, sólo el 35,3% cree que podría llegar a enamorarse de una persona con obesidad.

### **Buscando soluciones**

Partiendo de estos hallazgos, se reafirma la **necesidad de ofrecer a la población información rigurosa y de calidad sobre la obesidad, desde las múltiples causas que la provocan hasta las patologías que se asocian a ella o las necesidades de las personas que viven con esta enfermedad, reconocida desde hace unos años por la OMS y la EU como una enfermedad crónica recidivante**. Desde la SEEDO se es consciente del papel fundamental que juegan los medios de comunicación y las redes sociales en propagar o combatir el sesgo por el peso, influyendo significativamente en la discriminación y estigmatización hacia las personas que viven con obesidad.

*\* La encuesta se ha realizado en población general de toda España mayor de 18 años, con un tamaño muestral de 1.000 entrevistas, equilibrándose por sexo, edad, comunidad autónoma y tamaño de hábitat. El procedimiento de muestreo ha sido: Panel online (CAWI). Error muestral:  $\pm 3,1\%$ , considerando que  $p=q=50\%$ , con un nivel de confianza del 95,5%.*

**Para más información**

<https://www.seedo.es>

Paco Romero: [pacoromeroperiodista@gmail.com](mailto:pacoromeroperiodista@gmail.com). Telf. 639.64.55.70