

Fecha <b>01.05.2025</b>	Sección <b>Mercados</b>	Página <b>21</b>
----------------------------	----------------------------	---------------------

#DÍADELTRABAJO

# Aumenta ausentismo

**LA OBESIDAD BAJA LA PRODUCTIVIDAD EN EMPRESAS: EXPERTOS**

**POR SHAMADY OMAÑA**  
MERK2@ELHERALDODEMEXICO.COM

La obesidad y el sobrepeso son un serio problema de salud pública en México, ya que pueden elevar el ausentismo laboral hasta 128 por ciento, según la Universidad de Cornell. Además, cada año, estas enfermedades crónicas generan pérdidas por 12 mil millones de pesos, de acuerdo con el Instituto Mexicano para la Competitividad (IMCO).

“El paciente con obesidad presenta limitaciones físicas que reducen su rendimiento. Llegan a tener episodios frecuentes de ansiedad y depresión o descompensaciones por glucosa que los llevan a urgencias y los ausentan del trabajo”, explicó José Antonio Castañeda, cirujano bariátrico y metabólico.

En México, más de 75 por ciento de los adultos vive con sobrepeso u obesidad, presentando un mayor porcentaje en mujeres (41 por ciento) en comparación con los hombres (33 por ciento), de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT).

El especialista destacó que muchos centros laborales no favorecen un estilo de vida saludable.

“Largas jornadas, estrés, mala alimentación y falta de tiempo para la actividad física hacen que el trabajo se convierta en un ambiente obeso-génico”, afirmó.

El experto advirtió que la obesidad está relacionada con más de 200 enfermedades y que, de no ser tratada a tiempo, puede reducir la expectativa de vida hasta 13 años para hombres y 10 años para mujeres. Además de aumentar 22 por ciento el riesgo de desarrollar algún tipo de cáncer.

En México, la Secretaría de Salud ha advertido que las personas con obesidad enfrentan estigmatización, lo que afecta su autoestima y dificulta su integración laboral.

“Muchos de mis pacientes me cuentan lo difícil que es encontrar trabajo o lidiar con burlas por su apariencia. No podemos ignorar esto: la persona sigue teniendo talento y compromiso. Necesitamos condiciones que le permitan recuperar su salud, no aislarla ni culparla”, enfatizó el

médico bariátrico.

“Cuando una empresa invierte en la salud de su gente, no está perdiendo dinero, está fortaleciendo su capital humano y protegiendo su rendimiento”, puntualizó Castañeda.

Finalmente, el experto comentó que fomentar buenos hábitos en las infancias puede tener un impacto positivo en la vida adulta. “Si enseñamos a los niños a comer bien desde pequeños, difícilmente desarrollarán obesidad en la adultez, pero si seguimos sin informar, sin educar y sin actuar, el problema continuará creciendo”, dijo. ●

**MUCHO PESO**

**75%**

**DE LOS ADULTOS EN EL PAÍS REGISTRAN EXCESO DE PESO.**

---

**5º** LUGAR TIENE MÉXICO EN OBESIDAD.



Página 1 de 2  
\$ 131831.00  
Tam: 509 cm2

Continúa en siguiente hoja

Fecha <b>01.05.2025</b>	Sección <b>Mercados</b>	Página <b>21</b>
----------------------------	----------------------------	---------------------



La obesidad genera episodios frecuentes de ansiedad y depresión.

**JOSE ANTONIO CASTAÑEDA**  
CIRUJANO BARIÁTRICO

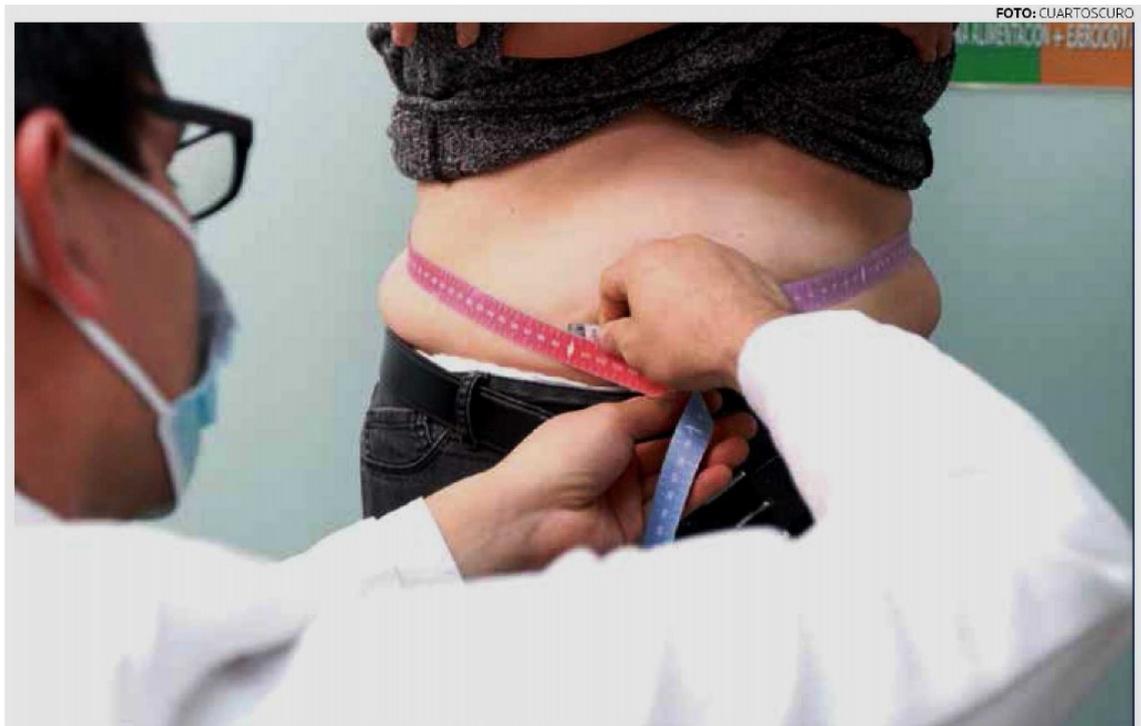


FOTO: CUARTOSCURO

## FACTORES

**1**

• La obesidad y sus enfermedades asociadas causan faltas al trabajo.

**2**

• Enfermedades asociadas son la diabetes y las cardiovasculares.

**3**

• La falta de actividad física desarrolla la obesidad.

**4**

• Contribuye el consumo de alimentos ultraprocesados.