

México se ubica en el lugar 11 en respuesta a la obesidad, según informe global

- “La obesidad: un laberinto con salida” reflexiona sobre los retos, mitos y barreras que enfrentan las personas sin información médica adecuada
- En el pilar de Manejo de la Obesidad, el país obtuvo 61.1 puntos, reflejando avances en guías clínicas y rutas diagnósticas

Ciudad de México, a 25 de febrero de 2026. En el marco del Día Mundial de la Obesidad, Lilly realizó el conversatorio **“La obesidad: un laberinto con salida”**, un espacio para visibilizar los desafíos reales que enfrentan millones de personas que viven con esta enfermedad crónica. Más allá de las cifras, la obesidad suele vivirse como un camino confuso, lleno de intentos fallidos, mensajes contradictorios y soluciones simplistas que no funcionan.

Aunque la obesidad es tratable, la falta de información médica clara, el estigma y la ausencia de acompañamiento profesional convierten su manejo en un verdadero laberinto, marcado por culpa, frustración y miedo a ser juzgado.

“El laberinto existe porque durante años se ha tratado la obesidad como un tema de voluntad individual. Eso retrasa el diagnóstico y el manejo integral. Cambiar la conversación permite ver a la obesidad como un problema de salud y acompañar a las personas con continuidad y sin estigma.”, señaló el Dr. Iñaki Villanueva, director del área médica de obesidad de Lilly México.

La obesidad **no es un tema estético ni de esfuerzo personal**. Es una enfermedad influida por factores biológicos, genéticos y ambientales. En este recorrido, las personas suelen enfrentar barreras como:

- **Soluciones milagro:** promesas rápidas que generan confusión, desconfianza y retrasan la búsqueda de atención médica.¹
- **“Sudo y no bajo”:** frustración ante la falta de resultados, incluso cuando hay esfuerzo, reforzando la falsa idea de fracaso personal.²
- **Pensamientos intrusivos:** culpa, ansiedad y autocrítica constante que afectan el bienestar emocional y dificultan pedir ayuda.³
- **Pérdida de balance:** impacto en la salud, la energía, el trabajo, las relaciones y la autoestima.⁴
- **Dietas que agobian:** tratamientos percibidos como restrictivos y agotadores, que llevan al abandono sin acompañamiento adecuado.^{5, 6, 7, 8}
- **Desconexión con la propia identidad:** estigma internalizado que genera aislamiento y evita el contacto con el sistema de salud.⁹
- **Pedir ayuda:** el punto clave donde se reconoce que buscar atención médica no es rendirse, sino cuidar la salud.

Para entender cómo los países están respondiendo a este desafío, presentaron los resultados del informe global **“Una epidemia de inacción: evaluando las respuestas nacionales a la obesidad”**, elaborado por Economist Impact, que ubicó a México en el lugar 11 de 20 países evaluados, con una puntuación general de 55.3 sobre 100. En el pilar específico de Manejo de la Obesidad, el país obtuvo 61.1 puntos, reflejando que cuenta con guías clínicas vigentes y rutas de diagnóstico establecidas.

“Las Guías de Práctica Clínica basadas en evidencia permiten estandarizar la atención y reconocer que la obesidad requiere un abordaje individualizado y centrado en el paciente. Hoy, el manejo médico integral también considera opciones terapéuticas que actúan sobre mecanismos biológicos del apetito y metabolismo para tratar la enfermedad, siempre y cuando este sea con un seguimiento profesional”,

explicó la Dra. Emma A. Chávez, Coordinadora de la Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria del INCMNSZ.

Se han identificado más de 200 complicaciones asociadas a la obesidad, entre ellas diabetes tipo 2 (con un riesgo incrementado en 243%), hipertensión (113%), dislipidemia (74%), enfermedad coronaria (69%) y apnea obstructiva del sueño, presente en aproximadamente 70% de las personas con obesidad.¹⁰ Los especialistas explicaron que, sin un acompañamiento continuo y basado en evidencia, la enfermedad puede progresar de manera silenciosa y aumentar la probabilidad de desarrollar estas condiciones.

La obesidad también impacta el bienestar emocional. El estigma puede convertirse en una barrera que retrasa la búsqueda de atención o dificulta mantener un tratamiento. *“Como sociedad de pacientes, somos un punto de apoyo para quienes viven con obesidad y muchas veces la enfrentan en soledad. Acompañamos e informamos para que puedan buscar atención médica sin culpa ni estigma. Para muchas personas, este es el primer espacio donde dejan de ser juzgadas y se sienten comprendidas; ese apoyo puede marcar la diferencia entre abandonar el camino o atreverse a pedir ayuda”*, afirmó el Dr. Fernando Pérez Galaz, Cofundador de Obesidades.

El mensaje es claro: **la salida existe**, pero requiere cambiar la conversación sobre obesidad, dejar atrás el juicio y avanzar hacia un enfoque médico, integral y empático. Y todo laberinto puede tener salida cuando se cuenta con información, apoyo y atención adecuada. Para más información, visita: <https://www.hablemosdeobesidad.com>

La información contenida en este documento es exclusivamente de carácter informativo; forma parte de un claro compromiso con la educación para la salud; no sustituye la consulta médica ni fomenta la automedicación. Se recomienda siempre consultar a un médico para recibir orientación adecuada.

Importante: Los tratamientos de prescripción están disponibles únicamente en farmacias certificadas y deben aplicarse bajo supervisión médica. La distribución se realiza a través de canales oficiales y se trabaja en coordinación con las autoridades para garantizar la autenticidad de los productos..

Acerca de Lilly

Lilly es una compañía que desarrolla medicinas y que transforma la ciencia en salud para mejorar la vida de las personas en el mundo. Hemos sido pioneros en descubrimientos que han cambiado vidas durante casi 150 años y actualmente nuestros medicamentos ayudan a más de 51 millones de personas en el planeta. Aprovechando el poder de la biotecnología, la química y la medicina genética, nuestros científicos están impulsando rápidamente nuevos descubrimientos para resolver algunos de los desafíos de salud más importantes del mundo: redefinir la atención de la diabetes y reducir sus efectos más devastadores a largo plazo; avanzar en la lucha contra la enfermedad de Alzheimer; proporcionar soluciones a algunos de los trastornos del sistema inmunológico más debilitantes; y tratar los cánceres más difíciles de un modo más manejable. Con cada paso hacia un planeta más saludable, lo que principalmente nos motiva es mejorar la vida de millones de personas. Eso incluye realizar ensayos clínicos innovadores que reflejen la diversidad de nuestro mundo y trabajar para garantizar que nuestros medicamentos sean accesibles y asequibles. Para obtener más información, visita [Lilly.com/Latam](https://www.Lilly.com/Latam) o [Lilly.com](https://www.Lilly.com). Síguenos en Facebook (@LillyLatam), LinkedIn (@LillyLatam) e Instagram (@lilly_latam).¹

¹ Alerta por la proliferación de anuncios de productos "milagro" para supuestamente bajar de peso en redes sociales. Disponible en: <https://www.gob.mx/cofepris/prensa/alerta-por-la-proliferacion-de-anuncios-de-productos-milagro-para-supuestamente-bajar-de-peso-en-redes-sociales> Revisado enero de 2026.

² Dulloo AG. Suppressed thermogenesis as a cause for resistance to slimming and obesity rebound: adaptation or illusion? Int J Obesity. 2007;31:201-203.

³ Ciangura C. Fracasos del tratamiento de la obesidad. EMC - Tratado de Medicina.2009;13(3):1-5.

⁴ González E. Obesidad: análisis etiopatogénico y fisiopatológico. Endocrinol Nutr.2013;60(1):17-24.

⁵ Dulloo AG. Suppressed thermogenesis as a cause for resistance to slimming and obesity rebound: adaptation or illusion?Int J Obesity. 2007;31:201-203.

⁶ Wen X, Zhang B, Wu B, et al. Signaling pathways in obesity: mechanisms and therapeutic interventions. Signal TransductTarget Ther. 2022;7:298.

⁷ Mlynarska E, Bojdo K, Bulicz A, et al. Obesity as a multifactorial chronic disease: molecular mechanisms, systemic impact, and emerging digital interventions. Curr Issues Mol Bio. 2025;47:787.

⁸ Busebee B, Ghush W, Cifuentes L, Acosta A. Obesity: a review of pathophysiology and classification. Mayo Clin Proc.2023;98(12):1842-1857.

⁹ Singh A, Hardin BI, Keyes D. Epidemiologic and Etiologic Considerations of Obesity. [Updated 2025 Jan22]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 Jan-. Disponible en:<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK585067/> Revisado enero de 2026.

¹⁰ 10. Waters H, Graf M. America's Obesity Crisis: The Health and Economic Costs of Excess Weight. Milken Institute; 2018. Acceso: Febrero 20, 2024. Disponible en: https://milkeninstitute.org/sites/default/files/reports-pdf/Mi-Americas-Obesity-Crisis-WEB_2.pdf