

# Educación superior, salud estudiantil y obesidad en países en desarrollo

**CAITRÍONA TAYLOR**

*Caitríona Taylor es directora deportiva adjunta de Boston College, Estados Unidos. Correo Electrónico: caitriona.taylor@bc.edu.*

El mundo está experimentando un rápido aumento en las tasas de obesidad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) informa que la obesidad se ha más que duplicado desde 1980 en todo el mundo. En los países en vías de desarrollo, las tasas de obesidad se han triplicado en los últimos 20 años, lo que se debe a un mayor consumo de alimentos calóricos y a un estilo de vida sedentario. La obesidad, el peso excesivo y sus respectivas dolencias son responsables del 5 por ciento de la mortalidad a nivel mundial.

La lucha contra este rápido y alarmante crecimiento de la obesidad es en la actualidad una prioridad política para la OMS. En mayo de 2004, la Organización Mundial de la Salud publicó la “Estrategia Mundial de la OMS sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud”. En un discurso pronunciado el 8 de febrero de 2017, la Dra. Margaret Chan, directora general de la OMS, señaló que, aunque el hambre sigue siendo un problema mundial, “la mayoría del mundo engordó” durante la última década.

Este es un problema de todos, independientemente de la educación o nivel de ingresos. Sin embargo, es un tema de gran relevancia para las instituciones de educación superior en todo el mundo, ya que estas tienen la importante tarea de educar y formar a los jóvenes del mañana. Asimismo, estas instituciones poseen tanto los recursos como la infraestructura para desarrollar programas que propicien y promuevan la cultura de la salud.

En Norteamérica, existe una correlación positiva entre educación, ingresos y la disminución de la obesidad; estos datos indican que las personas que tienen estudios posteriores a la educación secundaria son menos propensas a tener problemas de peso excesivo. La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) informa que, entre sus Estados miembros, los adultos con mayor nivel

de alfabetización y de educación se consideran a sí mismos hasta un 33 por ciento más saludables que aquellos con menor nivel de alfabetización y logros educativos.

---

**La lucha contra este rápido y alarmante crecimiento de la obesidad es en la actualidad una prioridad política para la OMS**

---

Esta correlación es menos evidente en el mundo en vías de desarrollo, donde las generaciones más jóvenes que surgen de una nueva y creciente clase media están experimentando un aumento en las tasas de obesidad. En un estudio del 2014 publicado por la revista *International Journal of Environmental Research and Public Health* que abarca 15.746 estudiantes de pregrado en 22 universidades de países de ingresos bajos, medios y de economías emergentes, los investigadores descubrieron que, en promedio, el 22 por ciento de la muestra de la población tenía sobrepeso u obesidad. En los países en desarrollo, las instituciones de educación superior ofrecen mejores expectativas económicas a los estudiantes. Éstas también son responsables por abordar la tendencia del aumento de la educación superior sin coincidir con las caídas en obesidad.

## EL CASO DE EGIPTO

Según un informe de la OMS, el 70 por ciento de los egipcios tiene sobrepeso u obesidad, lo que representa la tasa más alta en África. Las tasas más altas en Egipto están entre los acomodados y educados, lo que hace de Egipto un país en desarrollo apropiado para estudiar.

El propio gobierno egipcio es consciente de esta creciente epidemia para la salud pública, por lo que el Ministerio de Salud y Población llevó a cabo una “Encuesta sobre los Problemas Sanitarios de Egipto” en el 2015, con el objetivo de comprender el alcance de los problemas de salud en la población. Los resultados que se detallan a continuación son sorprendentes. Para el rango etario entre los 15 y 59, la tasa de peso excesivo u obesidad en las mujeres es

de un 76 por ciento y en los hombres de un 60,7 por ciento. Al contrario de Europa y los Estados Unidos, en Egipto, la educación superior no protege contra la obesidad. Para los hombres egipcios sin educación, la tasa de obesidad o peso excesivo es del 60,9 por ciento en comparación con el 98,2 de aquellos que han completado la educación secundaria o superior. Se observa que las mujeres egipcias sin educación tienen una tasa del 83,1 por ciento de sobrepeso u obesidad, pero la tasa del 77,3 por ciento de aquellas que terminaron la educación secundaria o superior es igualmente preocupante—nuevamente, una problemática que las instituciones de educación superior debiesen afrontar.

Por otra parte, a medida que se incrementa la riqueza en Egipto, también lo hacen las tasas de peso excesivo u obesidad. Cuando se compara el cuartil menos rico con el más alto, las tasas para los hombres se mueven desde un 51,9 por ciento a un 67,8, respectivamente, y para las mujeres desde un 70,9 por ciento a un 78,4, respectivamente. A medida que Egipto aumenta el acceso a la educación superior, con el objetivo de aumentar la matrícula de un 32 a un 40 por ciento para el 2021-2022, y como se espera que el crecimiento de la matrícula sea absorbido principalmente por universidades privadas pagadas, las instituciones de educación superior, especialmente las universidades privadas, inscribirán a aquellos que tienen mayor riesgo de padecer sobrepeso u obesidad: los educados y ricos.

### **INICIATIVAS ACTUALES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EGIPTO**

La falta de actividad física es uno de los principales factores que contribuyen al sobrepeso y a la obesidad. Las universidades egipcias ya reconocen la importancia del ejercicio físico. Un ejemplo de ello, es la Universidad de El Cairo, la institución emblemática del país, que incluye el atletismo como parte de su misión estudiantil. Por otra parte, la Universidad Americana de El Cairo (AUC, por sus siglas en inglés) incorpora un sistema occidental de atletismo y recreación en su formación educacional. La disponibilidad—y el uso cuidadoso—de instalaciones adecuadas es parte primordial de cualquier estrategia para incrementar las oportunidades de que los estudiantes realicen actividad física.

Sin embargo, son limitadas las horas de acceso

para los recursos disponibles en comparación con las universidades occidentales. Es por eso que las universidades necesitan desarrollar estrategias para incrementar el uso de sus complejos. La utilización de las instalaciones de acondicionamiento por parte de los estudiantes de pregrado de la AUC es muy baja, con solo un 10%. Si este es el caso en la AUC, universidad privada egipcia de élite, se podría concluir que las otras instituciones públicas y privadas en Egipto están ante niveles parecidos o incluso peores de participación estudiantil. Por el contrario, en Norteamérica, el 75 por ciento de los estudiantes sí utilizan las instalaciones y los programas recreativos en el campus. Es por eso que, si las universidades egipcias pudiesen aumentar la cantidad de horas de acceso y desarrollar programas específicos de actividad física y educación sanitaria, incrementarían el ejercicio físico en los estudiantes y lograrían enfrentar uno de los principales factores que contribuyen a la obesidad.

### **CONCLUSIÓN**

Los países desarrollados muestran correlaciones positivas entre niveles altos de educación superior e índices bajos de peso excesivo y obesidad. Esta correlación no es causalidad, ya que se puede encontrar lo opuesto en los países en desarrollo, por lo que es importante para las universidades de estos países que hagan de la salud y el bienestar parte fundamental de su misión institucional. Los países en desarrollo deben intensificar sus esfuerzos para aumentar la participación estudiantil en los programas de actividad física, elemento clave para confrontar una crisis de obesidad que solo puede ser detenida y revertida a través de educación y participación. Los países en vías de desarrollo se quedan atrás en relación con el rendimiento económico y los niveles de educación; asimismo, la salud general de sus poblaciones seguirá rezagándose si las instituciones educacionales no dan prioridad a la salud de sus estudiantes. ■