

**PREVALENCIA DE OBESIDAD EN ADULTOS EN LA REPÚBLICA DE PANAMÁ:  
UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**PREVALENCE OF OBESITY IN ADULTS IN THE REPUBLIC OF PANAMA: A  
SYSTEMATIC REVIEW**

*Fecha de recibido: 22 de febrero de 2024*

*Fecha de aceptado: 15 de marzo de 2024*

**Autores:**

**CÉSAR AUGUSTO ZAMORA ZAMORA**

Universidad Latina de Panamá, Medico Radiólogo – Docente. Ciudad de Panamá, Panamá.

Correo: [cesaraugustozamorazamora@gmail.com](mailto:cesaraugustozamorazamora@gmail.com)

**ORLANDO MORENO MARTÍNEZ**

Universidad Santander Panamá, Estudiante de Licenciatura en Nutrición y Dietética. Ciudad de Panamá, Panamá.



Este artículo está bajo una licencia de Creative Commons  
Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

**Palabras Clave:**

Obesidad,  
Prevalencia,  
Panamá.

**Resumen**

El contexto de la obesidad en la República de Panamá es preocupante, visto como un problema de salud colectiva y por ello se decide analizar la prevalencia de la obesidad en adultos en Panamá para dimensionar de forma más exacta el problema y procurar la adopción de correctivos necesarios. Se realiza revisión sistemática asociada a diseño de investigación en forma de artículo de síntesis de evidencia disponible de tipo cualitativo descriptivo basada en investigación hecha el 12 de febrero de 2024 con todos los artículos publicados en National Library of Medicine (PUBMED); Biblioteca Virtual en Salud (BVS) y en Google Académico. Realizando filtro asociado a lectura de títulos y resúmenes, excluyendo artículos que no tenían relación directa con la obesidad o con prevalencia, o no haber efectuado estudios con población de Panamá. Concluyendo que la obesidad es altamente prevalente en la República de Panamá con cifras que oscilan entre el 35% y 19% representando un problema de salud colectiva, asociado a múltiples factores, entre los cuales es oportuno mencionar hábitos alimentares no saludables, poca actividad física y un entorno familiar-cultural que contribuye al problema.

**Abstract**

**Keywords:**

Obesity,  
Prevalence,  
Panamá.

The context of obesity in the Republic of Panama is worrying, seen as a collective health problem and therefore it was decided to analyze the prevalence of obesity in adults in Panama to more accurately measure the problem and seek the adoption of necessary corrective measures. . A systematic review associated with a research design is carried out in the form of an article summarizing the available evidence of a descriptive qualitative type based on research carried out on February 12, 2024 with all articles published in the National Library of Medicine (PUBMED); Virtual Health Library (VHL) and Google Scholar. Performing a filter associated with reading titles and abstracts, excluding articles that were not directly related to obesity or prevalence, or that did not have carried out studies with the population of Panama. Concluding that obesity is highly prevalent in the Republic of Panama with figures ranging between 35% and 19%, representing a collective health problem, associated with multiple factors, among which it is appropriate to mention unhealthy eating habits, little physical activity and a family-cultural environment that contributes to the problem.

## Introducción

La obesidad es un problema de salud colectiva a nivel mundial que, de acuerdo con indicadores globales, afecta tanto a países desarrollados como a países en vías de desarrollo (Carmena; Martínez, 2002) (Stevens; Singh; Lu; Danaei; Lin; Finucane et al, 2012). Incluso la Organización Mundial de la Salud, la ha llamado de epidemia mundial.

Latinoamérica ha sido una de las regiones del mundo más afectadas, asociado al ascenso más pronunciado en los índices de masa corporal, específicamente en Centroamérica, en donde el problema se ha duplicado en los últimos treinta años (Álvarez; Cuevas; Olivos, 2009)

Actualmente la obesidad en Panamá representa un problema de salud colectiva que está en aumento, (especialmente en mujeres) y afecta tanto las zonas urbanas como rurales (Braguinsky, 2009).

Así mismo, la obesidad predispone al desarrollo de otros cuadros patológicos, como la hipertensión arterial y diabetes mellitus, complicando aún más la salud colectiva en la República de Panamá saturando el sistema sanitario con enfermedades crónicas.

La obesidad es la enfermedad metabólica, crónica, no transmisible, de mayor prevalencia en el mundo y se asocia a una elevada morbimortalidad, por lo que constituye un grave problema de salud pública, social y económico (McDonald, 2008)

Por todo lo anterior, el presente artículo de revisión pretende analizar la prevalencia de la obesidad en adultos en la República de Panamá para dimensionar de forma más exacta dicho problema de salud colectiva y procurar con ello la adopción de los correctivos necesarios en cualquiera de los sectores, campos o disciplinas, en virtud de tratarse de un problema complejo, de génesis multifactorial que involucra incluso el ambiente familiar, social y laboral.

## Material y Método

Se trata de revisión sistemática efectuada de acuerdo con las recomendaciones del protocolo PRISMA. El estudio fue dirigido por una pregunta desarrollada en el formato de pregunta clínica estructurada, siendo la misma, ¿cuál es la prevalencia de la obesidad en adultos en la República de Panamá? Se desarrolló la siguiente metodología: población de interés o problema de salud (P) que corresponde a los adultos obesos; intervención (I): ninguna intervención en particular; comparador (C): no aplica; outcome (O): prevalencia; y study (S): todos los estudios encontrados en la búsqueda que cumplieron los criterios de selección.

## Estrategia de Búsqueda

El presente artículo, está sustentado en una investigación sistemática hecha el día 12 de febrero de 2024 con todos los artículos publicados en National Library of Medicine (PUBMED), Biblioteca Virtual en Salud (BVS) y Google Académico, de acuerdo con palabras claves asociados a los descriptores en ciencias de la salud de la BVS. En PUBMED fue hecha la investigación con los descriptores: obesity and prevalence and Panamá, en todos los campos y en la BVS fue por título, resumen y asunto usando los mismos descriptores.

## Estrategia de Selección

En la selección de los artículos, se usaron tres etapas: (I) búsqueda de las evidencias en las bases de datos; (II) lectura de los títulos y resúmenes, asociado al análisis de los criterios de selección; y (III) análisis del texto completo de los artículos seleccionados, siendo sólo tomados en cuenta, aquellos artículos que cumplieran todos los criterios de inclusión sin tener ninguno de los criterios de exclusión.

### **Criterios de Inclusión**

Artículos publicados en idioma inglés, español y portugués, fueron seleccionados si atendían los siguientes criterios: (1) población adulta con obesidad (2) en la República de Panamá y (3) aquellos que estudiaron la prevalencia. Sin restricciones asociadas al tamaño de la muestra o periodo de investigación.

### **Criterios de Exclusión**

Se excluyeron los artículos si (1) usaron bases de datos secundarios (ejemplo libros, trabajos teóricos o reseñas secundarias), (2) trabajaron con poblaciones no específicas con el diagnóstico de obesidad, (3) artículos duplicados en las bases de datos, (4) artículos sin relación directa con el problema de obesidad y (5) aquellos que no determinaban la prevalencia.

### **Extracción de Datos y Calidad del Estudio**

Los datos incluidos fueron plasmados en tabla Microsoft Office 2021. Dicho formulario compuesto de columnas completadas por uno de los investigadores del presente artículo, de acuerdo con el siguiente orden: (1) título del artículo (2) autor o autores del artículo, con DOI y/o año de publicación (3) método y muestra usada y (4) principales hallazgos del artículo.

Para incrementar la confianza en la selección de los artículos, todas las etapas de búsqueda y selección fueron revisadas de forma independiente por los dos investigadores, que luego de la lectura completa de todos los artículos, se llega al acuerdo de cuales artículos cumplen con los criterios de inclusión.

### **Resultados y Discusiones**

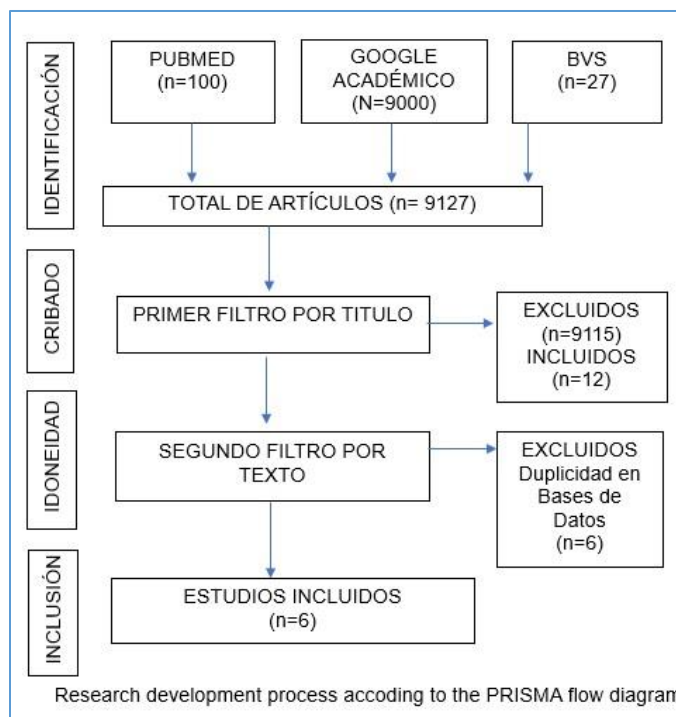
Las investigaciones fueron hechas en las bases de datos PUBMED, Biblioteca Virtual en Salud y Google Académico, resultando en 9127 artículos. Los principales motivos de exclusión por título fueron no atender específicamente a la población de la República de Panamá (incluyendo

otros países de la región), no haber determinado o calculado la prevalencia del problema de salud considerado para el presente artículo de revisión (obesidad), o no estar asociados directamente al problema de obesidad.

Posterior al filtro por títulos, se seleccionaron 12 artículos y en la siguiente etapa fueron excluidos 6 artículos que estaban duplicados en las bases de datos consideradas para el presente artículo de revisión. Al final del proceso, quedaron incluidos 6 estudios o artículos de investigación.

**Figura 1**

*Flujograma de Estrategia de Búsqueda y Selección de Artículos de acuerdo con la recomendación PRISMA*



**Nota.** Adaptado de Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & The PRISMA Group (2009). *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement*. PLoS Medicine, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>. Información adicional en [www.prisma-statement.org](http://www.prisma-statement.org).

### Características de los Estudios

Los 6 estudios incluidos en el presente artículo de revisión están sistematizados en la tabla N<sup>o</sup>1, presentando título, autor-año-doi, método-muestra y principales hallazgos.

**Tabla N°1**  
*Reporte de casos*

Titulo	Autor/año /doi	Metodo Muestra	Principales Hallazgos
<b>Características relacionadas al sobrepeso y obesidad en estudiantes de la facultad de medicina de la Universidad de Panamá en diciembre 2018</b>	Mariscal Davy, Rubén Raziel CIMEL 2020; 26(1): 30-35	Estudio analítico de corte transversal, donde el universo corresponde a la totalidad de estudiantes de medicina de la universidad de Panamá (1159 estudiantes).  Se hizo un muestreo aleatorio simple, con una muestra de 289 estudiantes.	Del total de 289 estudiantes, se obtuvo la siguiente distribución, según rango de IMC: Bajo peso 18 (6.23%), Normopeso 162 (56.06%), Sobrepeso 83 (28.72%) y Obesidad 23 (9.00 %)  La calidad de dieta y la inactividad física fueron los factores más importantes para desarrollar sobrepeso u obesidad en estudiantes de medicina. Existe un porcentaje importante de estudiantes con alcoholismo.
<b>Prevalencia de Obesidad en Panamá: Algunos factores de riesgo y enfermedades asociadas.</b>	Mc Donald Anselmo, Bradshaw Ryan, Fontes Flavia, Mendoza Enrique, Motta Jorge, Cumblera Alberto & Cruz Clara. BMC Public Health volume 15, Article number: 1075 (2015)	Estudio descriptivo transversal.  utilizó una estrategia de muestreo aleatorio, probabilístico y de una sola etapa que emplea estratificación multivariada, midiendo el peso, la altura y la circunferencia de la cintura de 3590 personas.	La obesidad representa una amenaza muy grave para la salud pública panameña. Nuestro estudio confirma una asociación directa en Panamá entre exceso de peso, hipertensión, Diabetes Mellitus tipo 2, valores de LDL $\geq$ 100 mg/dL y valores bajos de HDL para mujeres y hombres ( $<$ 50 mg/dL y $<$ 40 mg/dL, respectivamente). Los programas de intervención/tratamiento deben estar dirigidos, especialmente, a mujeres afropanameñas, de 40 a 59 años, que viven en áreas urbanas y a aquellas que tienen antecedentes familiares de obesidad.
<b>Prevalencia de obesidad central según diferentes definiciones en adultos con normopeso de dos estudios transversales en Panamá</b>	Montenegro Roger, Moreno Ilais, Fuentes Flavia y Quintana Hedley DOI: 10.1016/j.lana.2022.100215 2022	Estudio transversal basado en datos de dos estudios poblacionales transversales en Panamá en 2010 y 2019. Se usaron modelos de regresión logística incondicional para la asociación entre obesidad central y dislipidemia, hipertensión arterial, diabetes y demás factores de riesgo cardiovascular.	La obesidad central con peso normal se asocia a factores de riesgo cardiovascular, particularmente con concentraciones elevadas de triglicéridos. La evaluación de la obesidad central en el nivel de atención primaria de salud puede ser una técnica útil para identificar personas con peso normal y características metabólicamente obesas.

<p><b>Prevalencia de diabetes, prediabetes y obesidad en la población indígena kuna de Panamá</b></p>	<p>Campbell, Jennifer A; Walker, Rebekah J; Dawson, Aprill Z; Egede, Leonard E. J Racial Ethn Health Disparities ; 6(4): 743-751, 2019 08.</p>	<p>Estudio Ecológico Transversal. Recopilaron datos de 211 adultos indígenas kuna frente a la costa de Panamá en la región de San Blas del Caribe.</p>	<p>Sugiere que los indios kuna pueden tener un mayor riesgo de diabetes, prediabetes y obesidad. Las estimaciones nacionales actuales se consideran bajas en esta población. Se necesita una mayor comprensión de los determinantes de dichas enfermedades en esta comunidad indígena.</p>
<p><b>Prevalencia y factores asociados de obesidad entre adultos panameños. 1982-2010.</b></p>	<p>Sasson, Morris; Lee, Marcos; Jan, Carmen; Fontes, Flavia; Motta, Jorge. PLoS ONE 9(3): e91689. doi:10.1371/journal.pone.0091689 (2014)</p>	<p>Estudio Transversal basado en tres estudios transversales representativos a nivel nacional y un estudio subnacional de adultos panameños para evaluar variables antropométricas y socioeconómicas.</p>	<p>Ha habido un marcado aumento de la obesidad en Panamá en las últimas 3 décadas. Las iniciativas para controlar este problema deberán tener en cuenta la diferencia de género observada y los cambios en el estilo de vida que han contribuido al aumento de este problema.</p>
<p><b>Prevalencia de la obesidad y sus factores de riesgo.</b></p>	<p>McDonald Posso, Anselmo Joaquín. Panamá; s.n; 2008. 40 p. graf.</p>	<p>Estudio transversal cuali-cuantitativo. La población en estudio se dividió en adulto (personas de 20 a 59 años) y adulto mayor (personas de 60 años y más). Para la concreción de los objetivos se aplicaron encuestas o formularios estructurados adaptados de la Organización Mundial de la Salud / Organización Panamericana de la Salud a 10 de los 21 corregimientos del Distrito de Panamá, los cuales fueron escogidos según el registro de las principales causas de mortalidad del país La muestra se calculó considerando la prevalencia obtenida en estudios multicéntricos realizados en América Central Ístmica.</p>	<p>La prevalencia del estado nutricional en la población estudiada del Distrito de Panamá fue de 35.10% para la obesidad, 33.60% sobrepeso, 28.90% normal y 2.40% bajo peso; mientras que en los adultos mayores fue de 19.10% para la obesidad, 46.80% sobrepeso y el 34.00% normal.</p>



El presente artículo de revisión permite decir que la obesidad representa un grave problema de salud colectiva para la República de Panamá, que ha venido incrementándose con el tiempo, llegando a duplicarse en los últimos 30 años.

Las cifras de prevalencia de la obesidad llegan incluso a valores que representarían un tercio (35%) de la población adulta de Panamá, entre los 18 y 59 años, y un quinto (19%) del total de los adultos mayores (personas de más de 60 años) (McDonald A, 2008). Así mismo, afecta más a adultos del género femenino y de raza afrodescendiente, con edades entre los 40 y 59 años, que viven en áreas urbanas, acostumbran ingesta de alimentos y bebidas con alto contenido de azúcares y no realizan actividad física. (McDonald A, Bradshaw R, Fontes F, Mendoza E et al. 2015).

El problema de la obesidad en Panamá afecta incluso a grupos poblaciones con privilegiado nivel académico y conocimiento sobre la temática (como los estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Panamá), donde se reportó en promedio, una prevalencia del 9% de forma general (Mariscal R, 2020).

Está demostrado la asociación directa del problema de obesidad con otras situaciones o cuadros patológicos como la hipertensión arterial, diabetes mellitus y dislipidemias, incluso en personas con índice de masa corporal normal, pero con presencia de obesidad central, asociado al aumento de la circunferencia a nivel de cintura o elevación del índice cintura/altura (Montenegro R, Moreno I, Fontes F, Quintana H, 2022),

La génesis de la obesidad en Panamá es multifactorial, pasando por hábitos alimentares poco saludables, donde predomina el consumo de alimentos o bebidas con altas concentraciones de azúcar (gaseosas, sodas o refrescos) y ácidos grasos trans (AGT) (comidas procesadas o de cadenas de comida rápida) Y poco consumo de frutas, vegetales o alimentos con fibra.

A lo anterior, se añade, la poca disposición a realizar actividad física de forma regular, quizás por razones de idiosincrasia o falta de espacios públicos que permitan efectuarla o carencia de políticas públicas que estimulen la realización de estas.

Es evidente, que el problema de la obesidad en Panamá contribuye al colapso del sistema público de salud, en virtud de la asociación que existe con otras enfermedades crónicas ya mencionadas y que ameritan adoptar de forma urgente un conjunto de medidas asociadas a modificaciones radicales de enfoque paradigmático hacia el problema de la obesidad, en donde participen otras entidades a parte de las autoridades de salud, como por ejemplo, las autoridades asociadas a la educación o aquellas encargadas de administrar los espacios públicos, como las autoridades municipales.

### Conclusiones

Se evidencia un aumento sustancial del problema de obesidad en Panamá en especial en los últimos 30 años, siendo más evidentes en adultos del género femenino y de raza afrodescendiente.

Se estima una prevalencia promedio de 35% en adultos panameños entre los 18 y 60 años, y una prevalencia de 19% entre los adultos mayores (mayores de 60 años) de la República de Panamá.

La obesidad representa una amenaza preocupante para la salud colectiva panameña, con asociación directa con otros cuadros patológicos, como la hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo 2 y dislipidemias.

La calidad de la dieta y la inactividad física representan los factores más importantes para desarrollar sobrepeso u obesidad, siendo necesario un abordaje multidisciplinario, con cambio de enfoque paradigmático, por representar la obesidad un problema complejo que involucra los entornos familiar, social y laboral.

## Referencias

- Alvarez V, Cuevas A, Olivos C. The emerging obesity problem in Latin America. *Expert Review of Cardiovascular Therapy* 7: 281+.(2009)
- Braguinsky J. Obesity prevalence in Latin America. *An Sist Sanit Navar* [Internet]. 20 de febrero de 2009 [citado 12 de febrero de 2024]; Disponible en: <https://recyt.fecyt.es//index.php/ASSN/article/view/5493/4534>
- Campbell J, Walker R, Dawson A, Egede Leonard. Prevalence of Diabetes, Prediabetes, and Obesity in the Indigenous Kuna Population of Panamá. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities* (2019) <https://doi.org/10.1007/s40615-019-00573-0>
- Carmena Rodríguez R, Martínez Valls JF. Obesidad: Conceptos básicos, clasificación, etiopatogenia, riesgos y patología asociada a la obesidad. *Medicine*. 2002;8(86):4636–41.
- Carvalho KMB de, Dutra ES, Pizato N, Gruezo ND, Ito MK, Carvalho KMB de et al. Diet quality assessment indexes. *Rev Nutr*. Octubre de 2014;27(5):605-17.
- Durán A S, Rodríguez M del P, Record C J, Barra R R, Olivares H R, Tapia A A, et al. Autopercepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios de Chile y Panamá. *Rev Chil Nutr*. marzo de 2013;40(1):26-32.
- Ford ES, Mokdad AH (2008) Epidemiology of obesity in the Western Hemisphere. *The Journal of clinical endocrinology and metabolism* 93: S1–8.
- Hamer M, O'Donovan G, Stensel D, Stamatakis E. Normal-weight central obesity and risk for mortality. *Ann Intern Med*. 2017;166 (12):917–918.
- Leonard D; Mc Dermott R, O'Deak, Rowley KG, Pensio P, Sambo E et al. Measuring prevalence: obesity, diabetes and associated cardiovascular risk factors among Torres Strait Islander People. *AustNZJPublicHealth*.2002;26(2):144–9.

Mariscal R. Características relacionadas al sobrepeso y obesidad en estudiantes de la facultad de medicina de la Universidad de Panamá en diciembre 2018. CIMEL 2020; 26(1): 30-35. DOI: <https://doi.org/10.23961/cimel.v26i1.1276>

McDonald Posso, Anselmo Joaquín. Prevalencia de la obesidad y sus factores de riesgo / Prevalence of the obesity and its factors of risk Panamá; s.n; 2008. 40 p. graf. ISBN 978.9962-00-484-4

Mc Donald A, Bradshaw R, Fontes F, Mendoza E, Motta J, Cumbreira A & Cruz C. Prevalence of obesity in Panamá: some risk factors and associated diseases. BMC Public Health (2015) 15:1075 DOI 10.1186/s12889-015-2397-7

McLaren L (2007) Socioeconomic status and obesity. Epidemiologic reviews 29: 29–48.

Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, The PRISMA Group (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. PLoS Med 6 (7): e1000097. DOI: 10.1371/journal.pmed1000097.

Información Adicional en [www.prisma-statement.org](http://www.prisma-statement.org)

Monteiro CA, Conde WL, Popkin BM (2001) Independent effects of income and education on the risk of obesity in the Brazilian adult population. The Journal of nutrition 131: 881S–886S.

Montenegro R, Moreno I, Fontes F, Quintana H. Prevalence of central obesity according to diferente definitions in normal weight adults of two crosssectional studies in Panamá. The Lancet Regional Health – Americas 2022;10: 100215 <https://doi.org/10.1016/j.lana.2022.100215>

Neuman M, Kawachi I, Gortmaker S, Subramanian SV (2013) Urban-rural differences in BMI in low- and middle-income countries: the role of socioeconomic status. The American journal of clinical nutrition 97: 428–436

Sasson M, Lee M, Jan C, Fontes F, Motta J. Prevalence and Associated Factors of Obesity among Panamanian Adults. 1982–2010 PLoS ONE 9(3):e91689. (2014) doi:10.1371/journal.pone.0091689

Shields M, Tremblay MS, Connor Gorber S, Janssen I. Measures of abdominal obesity within body mass index categories, 1981 and 2007-2009. *Health Rep.* 2012;23(2):33–38.

Stevens GA, Singh GM, Lu Y, Danaei G, Lin JK, Finucane MM, et al. National, regional, and global trends in adult overweight and obesity prevalences. *Population Health Metrics.* 2012;10(22):1–16.

Obesity. Situation and trends [http://www.who.int/gho/ncd/risk\_factors/obesity\_text/en/] December 23rd 2013.

Obesidad y sobrepeso [Internet]. [citado 12 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

Uauy R, Albala C, Kain J (2001) Obesity trends in Latin America: transiting from under- to overweight. *The Journal of nutrition* 131: 893S–899S.

Villanueva B, Arteaga A, Maiz A, Cortes VA. Abdominal obesity is a common finding in normal and overweight subjects of Chile and is associated with increased frequency of cardiometabolic risk factors. *PLoS One.* 2018;13(3) e0194644.