



Fall 2011

Overweight and Obesity Rates and Trends in California Border Counties

What Is It?

Overweight and obesity are terms used to define ranges of weight that are greater than what is considered healthy for a given height. For adults, overweight and obesity are most commonly measured in terms of a number called the body mass index (BMI). This is a calculated measure of weight in relation to height. Adults are considered overweight when their BMI is between 25 and 29.9 kg/m² and obese when they have a BMI greater than 30 kg/m². Corresponding BMI ranges for children and teens take into account normal differences in body fat between boys and girls and differences in body fat at various ages (CDC, 2010).

According to the U.S. Surgeon General, obesity has reached epidemic proportions in adults, adolescents, and children. Overweight and obese people are at increased risk for disability, premature death, and many health conditions, including type 2 diabetes, hypertension, coronary heart disease, cardiovascular disease, and some cancers. There are several, complex causes of overweight and obesity, but there is no single identified cause or cure for the epidemic of obesity. Most frequently, an unhealthy weight is the result of consuming too many calories and not getting enough physical activity (U.S. Department of Health and Human Services, 2001). Individuals with lower income and education levels and certain minority groups, such as African Americans and Hispanics, have a higher risk of obesity. Obesity and overweight cost California an estimated \$21 billion a year in direct and indirect medical care, and conditions stemming from overweight and obesity contributed to over 60 percent of California health care costs (California Center for Public Health Advocacy, 2009).

What is the Status in California's Border?

The Healthy People 2010 Objective 19-3 set a goal that no more than 15% of adults would be obese, and no more than 5% of children and adolescents would be overweight or obese.

In 2009, the majority of adults (Age 18+) in San Diego County, Imperial County, and California were obese (21.9%, 31.4%, and 22.7% respectively) or overweight (33.4%, 36.7%, and 33.6% respectively). A higher percentage of Hispanic adults in Imperial and San Diego Counties, as well as California statewide (32.2%, 28.2%, and 29.9%, respectively) were obese compared to non-Hispanic White adults (30.3%, 20.0%, and 21.1%, respectively), though this difference is not statistically significant in Imperial. Additionally, adult obesity rates in San Diego and Imperial Counties and California statewide have not improved from 2005 to 2009 and persisted at levels higher than the Healthy People 2010 objective. (CHIS, 2009).

In California and Imperial County, men report a higher percent of obesity than women (24.0% vs. 21.5%, and 37.4 vs. 24.9%, respectively). This trend is mirrored in San Diego County (22.8 vs. 21.1), though the differences was not as drastic. Hispanic men in Imperial County reported the highest rates of obesity (39.5%) among the populations examined; almost twice as high as men in California statewide and in San Diego County.

In California, in 2009, the rate of overweight and obesity in teenagers, ages 12-17 (11.9%), was more than double the Healthy People 2010 goal. In 2009 none of the regions or ethnicities examined met the Healthy People 2010 objectives for overweight and obesity in adolescents. Hispanic teenagers in California statewide and San Diego County (16.1% and 20.4%) were significantly more overweight and obese than their non-Hispanic white counterparts (7.7% and 6.6%) and appear to be more overweight and obese than all ethnicities combined, though the differences are not statistically significant. Though the changes are not statistically significant, in Imperial County overweight and obesity in teenagers decreased from 34.3% in 2005 to 16.3% in 2009. There were not significant changes in San Diego County and California statewide from 2005-2009.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2009). *Defining Overweight and Obesity*. Retrieved March, 2011: <http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/defining.htm>

United States Department of Health and Human Services (HHS). (2001). The Surgeon General's Call to Action to Prevent and Decrease Overweight and Obesity 2001. Retrieved March, 2011: <http://www.surgeongeneral.gov/topics/obesity/calltoaction/CalltoAction.pdf>.

California Department of Health Services (CDHS). (2005). *The Economic Cost of Physical Inactivity, Obesity, and Overweight in California Adults*. Retrieved March, 2011: <http://www.wellnesstaskforce.org/PDF/obese.pdf>

California Health Interview Survey (CHIS), (2009). Retrieved March, 2011: <http://www.chis.ucla.edu/>



Otoño 2011

Tendencias y tasas de sobrepeso y obesidad en los condados fronterizos de California

¿Qué es el sobrepeso y la obesidad?

El sobrepeso y la obesidad son términos usados para definir rangos de peso corporal mayores de lo que es considerado saludable para una estatura determinada. En adultos, el sobrepeso y la obesidad, por lo general, se determinan en términos de un número llamado índice de masa corporal (IMC). Este índice es una cifra que se calcula del peso en relación con la estatura. Se considera que un adulto tiene sobrepeso cuando su IMC está entre 25 y 29.9 kg/m², y que es obeso cuando su IMC es mayor a 30 kg/m². Los márgenes correspondientes de IMC para niños y adolescentes tienen en cuenta las diferencias normales de grasa corporal entre hombres y mujeres, y las diferencias de grasa corporal a distintas edades (CDC, 2010).

De acuerdo al Cirujano General de los EE. UU., la obesidad ha alcanzado proporciones epidémicas en los adultos, adolescentes y niños. Las personas de sobrepeso y obesas están a un mayor riesgo de discapacidad, muerte prematura y muchas otras condiciones de salud médicas, incluyendo diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades coronarias y cardiovasculares, y algunos tipos de cáncer. Existen diversas causas complejas para el sobrepeso y la obesidad, pero no existe una causa única identificada ni una cura para la epidemia de la obesidad. Con mucha frecuencia, un peso que no es saludable es el resultado de consumir un exceso de calorías y de no tener suficiente actividad física (U.S. Department of Health and Human Services, 2001). Las personas con menores ingresos y niveles de educación, y de ciertos grupos minoritarios, como afroamericanos e hispanos, tienen un mayor riesgo de obesidad. El sobrepeso y la obesidad cuestan a California una cantidad estimada de \$21 billones de dólares al año en cuidado médico directo e indirecto y otras condiciones que resultan de sobrepeso contribuyeron a más del 60 por ciento de los costos en atención médica en California (Center for Public Health Advocacy, 2009).

¿Cuál es la situación en la frontera de California?

El objetivo 19-3 del programa *Gente Saludable 2010* establece como meta que no más del 15% de adultos estarán obesos y no más del 5% de niños y adolescentes tendrán sobrepeso o serán obesos.

En 2009, la mayoría de adultos (Edades 18+) en los condados de San Diego, Imperial y el estado de California fueron obesos (21.9%, 31.4%, y 22.7%, respectivamente) con sobrepeso (33.4%, 36.7%, y 33.6%, respectivamente). Un mayor porcentaje de adultos hispanos en los condados de Imperial y San Diego, así como también en todo el estado de California (32.2%, 28.2%, y 29.9%, respectivamente) son obesos, en comparación con los blancos no hispanos (30.3%, 20.0%, y 21.1%, respectivamente), aunque esta diferencia no es estadísticamente significativa en Imperial. Las tasas de obesidad en adultos en el condado de San Diego y el estado de California no han mejorado desde el año 2005 hasta el 2009 y persistieron a niveles más alto que los objetivos de *Gente Saludable 2010*. Esta tendencia se refleja en el condado de Imperial, pero la diferencia no es estadísticamente significativa (CHIS, 2009).

En California y el Condado de Imperial, se declaró un porcentaje más alto de hombres obesos que mujeres (24.0% vs. 21.5%, y 37.4% vs. 24.9%, respectivamente). Esta tendencia es repetida en el Condado de San Diego (25.1% vs 22.2%), aunque la diferencia no fue tan drástica. Hombres hispanos en el condado de Imperial reportan una tasa mayor de obesidad (39.5%) entre las poblaciones examinadas; esta cifra es casi dos veces más grande que la de hombres obesos en todo el estado de California y el Condado de San Diego (CHIS, 2009).

En California, en 2009, la tasa de sobrepeso y obesidad en adolescentes de edades 12-17 (11.9%), es más de doble del objetivo del programa *Gente Saludable 2010*. En 2009, ninguna de las regiones, ni los grupos étnicos examinados cumplió con los objetivos del programa *Gente Saludable 2010* en cuanto al sobrepeso y a la obesidad en adolescentes. Adolescentes hispanos en el estado de California y el Condado de San Diego (16.1% and 20.4%) son significativamente de más sobrepeso u obesos que sus homólogos blancos no hispanos (7.7% y 6.6%), y parecen tener más sobrepeso y ser obesos que todos los grupos étnicos combinados, pero esta diferencia no es estadísticamente significativa. Aunque, los cambios no son significativos estadísticamente, en el condado de Imperial tasas de sobrepeso y obesidad en adolescentes ha disminuido del 34.3% en 2005 al 16.3% en 2009. No hubo cambios significativos en el condado de San Diego o el estado de California entre los años 2005-2009.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2009). *Defining Overweight and Obesity*. Retrieved March, 2011: <http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/defining.htm>

United States Department of Health and Human Services (HHS). (2001). The Surgeon General's Call to Action to Prevent and Decrease Overweight and Obesity 2001. Retrieved March, 2011: <http://www.surgeongeneral.gov/topics/obesity/calltoaction/CalltoAction.pdf>.

California Department of Health Services (CDHS). (2005). *The Economic Cost of Physical Inactivity, Obesity, and Overweight in California Adults*. Retrieved March, 2011: <http://www.wellnesstaskforce.org/PDF/obese.pdf>

California Health Interview Survey (CHIS), (2009). Retrieved March, 2011: <http://www.chis.ucla.edu/>