

Análisis de los Determinantes Sociales que Impactan las Tasas de Obesidad en las  
Comunidades Latinas en los Estados Unidos: Una Revisión de la Literatura Con un Enfoque Socio-  
Ecológico

Yahir Nunez Leija

SPAN 4190: Health and the Hispanic Community

Dra. Arelis Moore

12/11/2023

## Resumen

El propósito de este artículo fue encontrar determinantes sociales (DSS) en la literatura y analizarlos en el nivel correspondiente en el que se expresan dentro del modelo socio-ecológico para comprender cuáles factores impactan e influyen en la desproporcionada tasa de obesidad de la comunidad Latina en los Estados Unidos. La revisión de la literatura se llevó a cabo mediante un análisis de datos de varios artículos científicos, revistas revisadas por colegas y publicaciones gubernamentales publicadas entre 2012 y 2023. Las dos preguntas que guiaron la investigación fueron: 1.) ¿Cuáles son los determinantes sociales que impactan las disparidades presentadas por las poblaciones Latinas en los Estados Unidos con relación a la obesidad? 2.) ¿Cuáles son las intervenciones que han tenido éxito en disminuir la vulnerabilidad en la población Latina en los Estados Unidos a padecer la obesidad? Los hallazgos más importantes incluyeron que los niños que vivían en hogares de bajos recursos consumían menos alimentos llenos de nutrientes y más en calorías y en consecuencia tenían un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud relacionados con la dieta en comparación con los hogares que no eran de bajos ingresos. Las tasas de obesidad entre los jóvenes Hispanos son más altas (23.6 %) en comparación con los jóvenes Blancos no Hispanos (14.7 %). Los latinos pueden verse limitados a vivir en áreas con características ambientales físicas deficientes, sin carriles para bicicletas, senderos, y aceras para fomentar una vida activa, debido a sus bajos ingresos en comparación con los Blancos no Hispanos. Para concluir, la importancia de reconocer y analizar cada nivel del contexto socio ecológico individualmente ayuda a determinar los métodos requeridos para poder reducir las disparidades que los DSS en cada nivel otorgan. Aunque los determinantes sociales sean similares, hay diferencias en los métodos para abordarlos. Recomendaciones para futuros programas incorporan la concordancia racial para mejorar la comunicación, la confianza, y el cumplimiento de los consejos médicos.

## Introducción

Este artículo científico presentará el reporte de una revisión de la literatura para analizar los determinantes sociales que impactan las tasas desproporcionadas de obesidad en las comunidades latinas en los Estados Unidos. Esta investigación fue guiada por el modelo socio-ecológico para valorar la

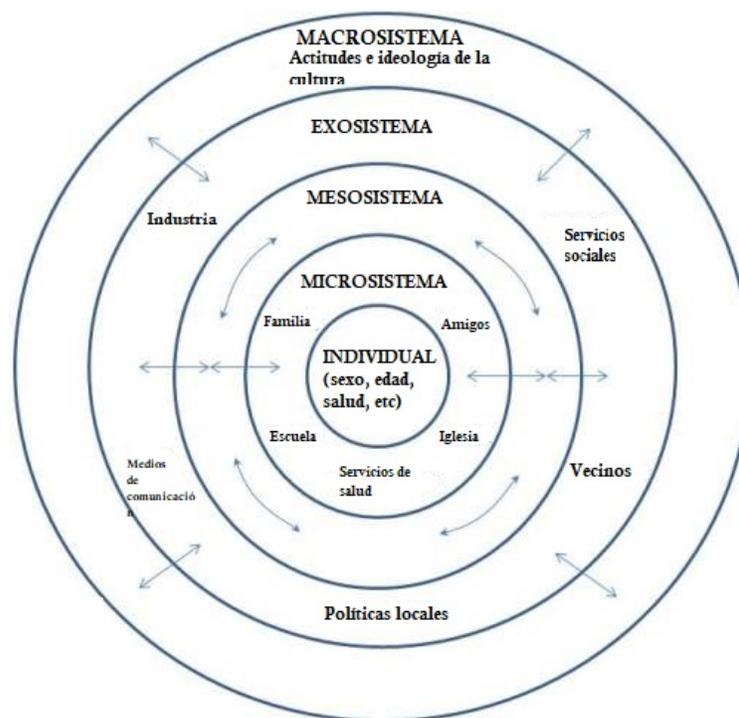
interacción de los determinantes sociales a través de todos los niveles También se identificaron programas y estrategias basados en evidencia que han demostrado ser efectivos en controlar el problema de la obesidad en la comunidad latina.

La obesidad es una condición médica en la que se acumula una cantidad excesiva de grasa (un índice de masa corporal de treinta o más) en el cuerpo, lo que puede ser perjudicial para la salud (Guerra et al., 2023). En los Estados Unidos, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes tipo 2, y algunos tipos de cáncer son enfermedades asociadas con la obesidad y son los principales factores que contribuyen a la muerte prematura (Guerra et al., 2023). En 2017, la prevalencia de obesidad en adultos en los Estados Unidos fue de 42.4% (Forrest et al., 2017). Algunas minorías raciales, como los latinos, tienen una prevalencia de obesidad más grande (38.7%) que los Blancos (25.6%) (D'Alonzo et al., 2012). El bajo nivel socioeconómico se ha relacionado sistemáticamente con una mayor tasa de obesidad, seguido por el acceso limitado a la educación y a la salud (Guerra et al., 2023). Comparado con otros grupos demográficos Hispánicos, los Hispánicos de origen mexicano tenían una mayor prevalencia de la obesidad (Forrest et al., 2017).

Los determinantes sociales de la salud (DSS) tienen una gran influencia en la prevalencia de obesidad en la población Latina. Las condiciones económicas y sociales conocidas como los determinantes sociales de la salud influyen en el estado de salud de las personas y las comunidades (National Research Council (NRC) & Institute of Medicine (IOM), 2013). Estas condiciones están influenciadas por la estabilidad económica o nivel socioeconómico, recursos de las personas, acceso a la educación, la salud y el cuidado de la salud, el vecindario, y el contexto social comunitario, todo lo cual está influenciado por las decisiones políticas (NRC & IOM, 2013). Para reconocer y abordar el problema, podemos tener en cuenta los determinantes de la salud que están en juego tanto a nivel poblacional como individual al adoptar un enfoque socio-ecológico para comprender en este caso, la obesidad. Además, este marco nos permite pensar, diseñar e implementar intervenciones efectivas, reconociendo plenamente los sistemas complejos que aumentan el riesgo de enfermedades. Usar el modelo socio-ecológico (MSE) (Figura 1) es fundamental para entender las disparidades en salud, para comprender cómo los factores y

sistemas sociales de multinivel no solo producen desigualdades, sino que también las mantienen (NRC & IOM, 2013). Este modelo también es clave para identificar intervenciones, involucrando a individuos, comunidades y todos los niveles de gobierno (NRC & IOM, 2013). Los diferentes niveles del MSE y sus determinantes incluyen: el nivel ontosistema (individual) que incluye las características propias de cada sujeto como elementos biológicos, estado de salud, factores genéticos, y elementos psicológicos. El nivel microsistema se refiere a las interrelaciones personales cercanas como la familia, el vecindario, la escuela, y los amigos, estos grupos interactúan e influyen en la conformación de la identidad individual-grupal. El nivel mesosistema explica las interacciones entre los niveles microsistema y exosistema, directamente afectando a la persona como un padre visitando la escuela de su hijo. El nivel exosistema describe los sistemas ambientales donde ocurren hechos que afectan el contexto y desarrollo de la persona indirectamente. El nivel macrosistema se refiere a los marcos culturales e ideológicos como las actitudes, valores, ideologías, y costumbres de la gente. Finalmente, el nivel cronosistema hace referencia al tiempo o época histórica en la cual vive la persona.

*Figura 1- Modelo Socio-ecológico de la Salud*



*Fuente: Hchokr, 2012*

El objetivo de esta investigación fue encontrar varios determinantes sociales en la literatura y analizarlos en el nivel correspondiente en donde se expresa dentro del MSE, para entender cuales factores impactan e influyen en la desproporcionada tasa de obesidad de la comunidad Latina en los Estados Unidos a partir del 2012, y cómo esto impacta en el nivel de salud de esta población. El modelo socio-ecológico también se utilizó para clasificar y analizar los diferentes factores de riesgo hacia diferentes niveles sociales a la población Latina. La metodología utilizada para la revisión de la literatura incluyó un análisis de datos que vienen de varios artículos científicos, revistas revisadas por colegas, y publicaciones del gobierno desde los años 2012 al 2023. Las dos preguntas que guiaron esta investigación fueron: 1.) ¿Cuáles son los determinantes sociales que impactan las disparidades presentadas por las poblaciones Latinas en los Estados Unidos con relación a la obesidad? 2.) ¿Cuáles son las intervenciones que han tenido éxito en disminuir la vulnerabilidad en la población Latina en los Estados Unidos a padecer la obesidad? Finalmente, con algunas sugerencias para investigaciones e intervenciones futuras, un análisis de los programas y estrategias se van a utilizar para ayudar a la población Latina con respeto a la obesidad. Estas intervenciones y programas fueron identificados por los DSS y luego organizados según los niveles del MSE: ontosistema, microsistema, mesosistema, exosistema, macrosistema, y cronosistema.

### **Revisión de la Literatura**

#### Determinantes Sociales de la Salud a Nivel del Ontosistema (Individual)

El nivel de ontosistema se enfoca en las características únicas de cada persona, incluyendo los factores biológicos, el estado de salud, y los factores genéticos, así como los factores psicológicos, la autoestima, los sentimientos, y las habilidades personales (Varela et al., 2023). La conexión entre estos determinantes sociales hacia el nivel ontosistema puede generar un mecanismo de protección que conduce a la resiliencia o un mecanismo de riesgo que conduce a la vulnerabilidad en la obesidad de los Latinos.

Los determinantes sociales de la salud a nivel del ontosistema del modelo socio-ecológico que serán discutidos el limitado dominio del inglés y el nivel socioeconómico.

#### *Limitado dominio del inglés*

Un conocimiento limitado del inglés afecta varios determinantes y sistemas. Varios estudios indicaron que las personas pueden tener dificultades para acceder a alimentos saludables debido a la falta de conocimiento sobre dónde encontrar alimentos accesibles y saludables, así como la creencia preconcebida de que los alimentos con menos valor nutricional (como la comida chatarra o la comida rápida) son significativamente más caros (Varela et al., 2023). Aunque haya deseo de comer sano, no habrá posibilidad de ser educado o recibir ayuda sin entender el lenguaje. Muchos sitios médicos no tienen intérpretes por insuficientes recursos, sin un intérprete en las clínicas, varias familias Latinas tienen dificultad recibiendo información sobre su salud, incluyendo la salud de los jóvenes que dependen de su familia para comer saludable. La falta de conocimiento de inglés es una gran barrera para el acceso de las personas a la asistencia del gobierno (Varela et al., 2023). Hay programas como WIC y SNAP que son dos programas diferentes de salud pública y nutrición financiados por el gobierno federal. El programa de asistencia nutricional suplementaria (SNAP) y el programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, bebés y niños (WIC) ayudan a las familias de bajos ingresos y a sus hijos a comprar alimentos saludables a través de una tarjeta de Transferencia Electrónica de Beneficios (EBT) o un cheque de WIC (Varela et al., 2023). Las familias Latinas elegibles dijeron que tenían problemas para acceder a P-EBT y otros beneficios porque los estados tenían problemas identificando a los niños y familias elegibles por la barrera del limitado dominio de inglés, contribuyendo con el problema de la obesidad en los Latinos (Varela et al., 2023). El determinante clave que conecta con todos los determinantes en el nivel ontosistema y que tiene un mayor efecto en las tasas altas de obesidad en Latinos es el nivel socioeconómico.

#### *Nivel socioeconómico*

Los hogares con recursos financieros limitados o de bajos recursos no podían satisfacer las necesidades básicas (los servicios públicos, el transporte y la atención médica), entonces para priorizar los

gastos, algunas familias Latinas limitaron y restringieron los alimentos para ellos o sus hijos, comprando alimentos más baratos que no son saludables (Varela et al., 2023). El nivel socioeconómico indirectamente afecta y cambia todos los determinantes sociales y niveles del modelo socio-ecológico. La necesidad de tener múltiples trabajos es común en los Latinos, debido que muchos de ellos no tienen los documentos adecuados, tienen un bajo nivel educativo, y dificultad hablar/entender inglés. Por estas presiones socioeconómicas, esto también limita la disponibilidad de tiempo libre para hacer ejercicio, aumentando la probabilidad de padecer sobrepeso y luego ser obeso, esto por la falta de hábitos alimentarios saludables (D'Alonzo et al., 2012). Una encuesta transversal realizada por el Centro Nacional de Estadísticas de Salud selecciono a 14,332 personas con 1,241 de ellos siendo Hispanos en los Estados Unidos. Este tamaño de prueba represento la población Hispana en los E.E. U.U. (14.7%) hacia la población total de personas. En este estudio, se encontró que las personas con un bajo nivel socioeconómico (no ser dueño de una casa, vivir por debajo de la línea de pobreza y no tener cobertura médica) tenían una mayor probabilidad de desarrollar obesidad (Forrest et al., 2017). En otro estudio de examinó la asociación entre la inseguridad alimentaria en los hogares y el nivel de ingresos, y encontraron que los niños que vivían en hogares de bajos recursos consumían menos alimentos llenos de nutrientes y más en calorías, y tenían un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud relacionados con la dieta en comparación con los hogares que no eran de bajos ingresos (Varela et al., 2023).

#### Determinantes Sociales de la Salud a Nivel del Microsistema

El nivel de microsistema analiza los sistemas de apoyo y las redes sociales de una persona, tanto formales como informales. Debido a que estas relaciones afectan las experiencias personales y la toma de decisiones, los círculos sociales tienen un impacto significativo en el comportamiento de una persona (Varela et al., 2023). Los determinantes sociales hacia el nivel microsistema, incluyendo sus relaciones con amigos, familiares, compañeros, y su vecindario/comunidad, pueden ayudar a las personas en adoptar un estilo de vida más saludable, reduciendo la tasa de la obesidad en los Latinos. Los determinantes

sociales de la salud a nivel del microsistema del modelo socio-ecológico que serán discutidos son la familia y la comunidad.

### *La familia*

El contacto directo/relación entre los Latinos y sus familias pueden desarrollar hábitos positivos o negativos que afectan la salud, incluyendo nutrición y ejercicio, causando o previniendo la obesidad (Korom et al., 2023). Las familias Hispánicas valoran mucho la estructura y dinámica familiar, con estudios indicando la mejoría de los resultados de salud a pesar de un bajo estatus socioeconómico (Korom et al., 2023). Otro estudio demuestra que la fuerte cohesión familiar tiene un efecto positivo en las elecciones nutricionales de los jóvenes, como un mayor consumo de desayuno/verduras o una menor ingesta de refrescos (Korom et al., 2023). Además, se ha encontrado que la cohesión familiar está relacionada con una menor angustia psicológica, un mayor bienestar auto informado, y un aumento en la actividad física de los jóvenes (Korom et al., 2023). De manera similar, una cohesión familiar positiva predice que los adolescentes seguirán las recomendaciones de actividad física adecuada (Korom et al., 2023). Se llevó a cabo un estudio de 6 meses en 51 madres Latinas para evaluar cómo las acciones de alimentación de las madres afectan los hábitos alimentarios de los niños (Varela et al., 2023). Se descubrió que las familias Latinas e inmigrantes se vieron significativamente afectadas por el apoyo social limitado, en lo cual afectó los hábitos de alimentación, actividad física de los niños, y las prácticas de alimentación de las madres (Varela et al., 2023).

### *La comunidad (Vecindario)*

Los Latinos pueden verse limitados a vivir en áreas con características ambientales físicas deficientes, sin carriles para bicicletas, senderos, y aceras debido a sus bajos ingresos en comparación con los Blancos no Hispánicos (Guerra et al., 2023). A cambio, uno de los indicadores más efectivos de actividad física en la comunidad Hispánica es el apoyo social, lo que demuestra el valor de la comunidad en las redes sociales. La comunidad de la persona tiene varios impactos directos e indirectos, y aunque el apoyo social tiene una relación positiva con la disminución de la tasa de la obesidad, no hay oportunidades para interactuar si no hay acceso en sus comunidades (Guerra et al., 2023). Una

investigación demuestra que la disponibilidad de alimentos saludables y la ingesta dietética de los niños se ven significativamente afectadas por la proximidad a los lugares de compra y distribución de alimentos, como supermercados, tiendas de comestibles, despensas de alimentos de emergencia, incluyendo el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) y las tiendas elegibles para WIC (Varela et al., 2023). Además, se ha descubierto que se encuentran menos supermercados en las áreas más pobres, especialmente con minorías raciales o étnicas predominantes, en comparación con los vecindarios predominantemente Blancos y ricos, lo que contribuye en un acceso limitado a fuentes de alimentos de alta calidad en dichas comunidades (Varela et al., 2023). La variedad de oportunidades para reducir la tasa de la obesidad con los determinantes por el nivel microsistema, ya sea por el apoyo social (familia) o por la disponibilidad de parques y supermercados dentro de la comunidad (vecindario), mejoran la salud y la calidad de vida de las comunidades Latinas dentro de los Estados Unidos.

#### Determinantes Sociales de la Salud a Nivel del Exosistema

El nivel de exosistema se refiere a los entornos en donde el individuo no es un participante activo, pero aun así impacta su desarrollo. Este nivel incluye el entorno social en donde vive una persona, así como las políticas gubernamentales, los servicios sociales, los recursos comunitarios y por los medios de comunicación (Varela et al., 2023). El nivel de exosistema enfatiza la importancia de los determinantes sociales que indirectamente influyen el desarrollo de los Latinos. Aunque la persona no está en contacto directo con estas influencias, todavía contribuyen en el desarrollo de la persona. Los determinantes sociales de la salud a nivel del microsistema del modelo socio-ecológico que serán discutidos son el acceso a la salud y el trabajo.

#### *Acceso a la salud*

Los inmigrantes con documentos inadecuados enfrentan una variedad de factores estresantes instrumentales y ambientales, entre los que se encuentran los factores estresantes financieros, las barreras lingüísticas y la falta de acceso a la atención médica (D'Alonzo et al., 2012). Con el enfoque de comprender la salud física y mental de los Latinos, se realizó un estudio transversal en donde

entrevistaron a varias comunidades de Latinos dentro de los Estados Unidos. Varios de los participantes no tenían los documentos adecuados y explicaron que no pueden participar en programas públicos de seguro médico subsidiados por el gobierno federal, suelen trabajar en lugares sin seguro médico privado, no pueden usar los servicios de la red de protección social por el estrés de ser deportados, y no se benefician de las leyes que buscan aumentar el acceso a la atención médica a través de una mayor cobertura de seguro médico (Galvan et al., 2021). El limitado dominio del inglés es un determinante social del nivel ontosistema que igualmente afecta el desarrollo del acceso a salud como determinante social en el nivel exosistema. Las familias Latinas elegibles dijeron que tenían la oportunidad para recibir acceso a la salud como el programa de P-EBT y a la atención médica, pero debido a la barrera del dominio limitado del inglés, los estados no pudieron identificar a las familias elegibles, resultando en el inacceso a la salud (Varela et al., 2023). La falta de acceso a la atención medica tiene impactos directos a la obesidad, reduciendo la duración de la vida y aumentando el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares (D'Alonzo et al., 2012). Los Latinos que trabajan en lugares sin seguro médico privado también disponen factores estresantes que aumentan la tasa de la obesidad.

### *Trabajo*

Los principales factores que limitan la disponibilidad de tiempo libre para hacer ejercicio son las presiones socioeconómicas y la necesidad de tener múltiples trabajos (D'Alonzo et al., 2012). La falta de habilidades ocupacionales y la falta de conocimiento del mercado laboral estadounidense limitan a muchos inmigrantes a empleos de nivel inicial o no calificados en sectores con un poco salario. La mayoría de los padres (con bajos ingresos) tienen trabajos con ingresos mensuales bajos, largos horarios de trabajo, y acceso limitado a servicios de salud por falta de seguro de su empleo (D'Alonzo et al., 2012). Por otra parte, Los resultados de otra revisión explicaron que el estatus socioeconómico de estos hogares contribuye al aumento de los niveles de inseguridad alimentaria debido a los altos niveles de desempleo, las oportunidades laborales limitadas y los requisitos de elegibilidad relacionados con la asistencia alimentaria y financiera (Varela et al., 2023). El trabajo se convirtió en un obstáculo significativo para todas las prácticas preventivas relacionadas con una alimentación saludable o la

actividad física en el nivel exosistema, aumentando la tasa de la obesidad en los Latinos en los Estados Unidos.

### Determinantes Sociales de la Salud a Nivel del Macrosistema

Los marcos culturales e ideológicos, incluyendo las actitudes, valores, ideologías y costumbres de las personas, se denominan del nivel macrosistema (Varela et al., 2023). Este nivel es importante porque representa el marco social general en el que viven las personas, que incluye las instituciones, valores, creencias y normas que dan forma a sus experiencias (Varela et al., 2023). El macrosistema se caracteriza por su influencia indirecta sobre los individuos, porque afecta las oportunidades de vida y las decisiones que puede tomar una persona. Por ejemplo, las leyes, las normas culturales y las políticas gubernamentales pueden tener un impacto en la educación, el trabajo, y la calidad de vida de un Latino. Además, los valores culturales pueden tener un impacto en la forma en que una persona se relaciona con los demás y en las expectativas que tiene sobre roles de género, familia y matrimonio. Los determinantes sociales de la salud a nivel del macrosistema del modelo socio-ecológico que serán discutidos son el estatus migratorio y el machismo.

#### *Estatus migratorio*

El estatus migratorio de un Latino puede afectar su oportunidad de empleo y su acceso a programas de asistencia alimentaria adicional (Varela et al., 2023). El estatus legal no autorizado de los Latinos, o hablando de las personas con documentos inadecuados, está relacionado con desventajas socioeconómicas y de salud (D'Alonzo et al., 2012). Por ejemplo, los inmigrantes con documentos inadecuados enfrentan tasas más altas de la obesidad por dificultades en el acceso limitado a instituciones que fomentan la integración, acceso a obtener un empleo, y el acceso restringido a seguro médico, incluyendo los servicios de atención médica. Además, el estatus migratorio no autorizado está relacionado con un aumento del estrés, la angustia psicológica, y la ansiedad debido al miedo constante al arresto y la deportación que están vinculados a tasas altas de salud física que empeoran con el tiempo, aumentando el riesgo de la obesidad no solo a los padres, sino a sus hijos también, porque aprenden de sus

comportamientos y dependen de ellos económicamente. Hablando sobre las relaciones con la familia y la obesidad, los valores culturales de los Latinos determinan varias decisiones que pueden afectar su salud física.

### *Machismo*

Con el machismo, hombres que exhiben características como el honor, el dominio, y el sexismo quieren que las mujeres mantengan sus roles tradicionales (Guerra et al., 2023). Esto es importante de reconocer porque para los Latinos, otro valor cultural explica el familismo, y se caracteriza por una fuerte identificación y apego o lealtad a la familia, lo que puede definir las obligaciones de la familia que los Latinos priorizan (Guerra et al., 2023). El marianismo también es el segundo valor cultural que resulta del machismo. Esto determina el rol de las mujeres, enfocándose únicamente en su familia. Resultados de un estudio mostraron que las mujeres Latinas han afirmado que priorizan sus responsabilidades familiares, como cocinar o cuidar a sus hijos, y esposos, lo que les impide gastar tiempo y energía en el ejercicio (Guerra et al., 2023). Estos dos valores culturales resultan a las tasas altas de la obesidad, y el machismo empeora y aumenta esas mismas tasas. En el mismo estudio, las mujeres Latinas han explicado que no hacen ejercicio fuera de casa porque sus parejas les desaconsejaban hacer ejercicio con hombres o porque les preocupaba llamar la atención con su ropa (Guerra et al., 2023). Además, informaron que participar en actividades físicas vigorosas (como deportes) es "poco femenino" y que esta actitud les impide participar en estas actividades, especialmente si se cree que tendrán menos apoyo de su comunidad como sus amigos y familias (Guerra et al., 2023). Hay varios obstáculos que enfrentan los Latinos, y aunque tengan los recursos para poder hacer ejercicio y comer saludable, no son los únicos factores que determinan las oportunidades para reducir la obesidad en los Estados Unidos.

### Determinantes Sociales de la Salud a Nivel del Cronosistema

El ultimo nivel del modelo socio-ecológico de Bronfenbrenner es el nivel de cronosistema. Esto se refiere a todas las experiencias que una persona ha experimentado durante su vida (Varela et al., 2023). El nivel cronosistema es importante con los cambios que ocurren en las características de un Latino y en

el entorno en el que vive. Pasados eventos y experiencias pueden cambiar el desarrollo de una persona de varias maneras. El cronosistema está definido por eventos significativos, como la muerte de los padres o un cambio gradual en su personalidad cuando maduran/envejecen. Una crisis económica, un conflicto social, o cualquier otro evento que altera el estilo de vida de una familia tiene un impacto duradero en el desarrollo de la mente humana (Varela et al., 2023). Los determinantes sociales de la salud a nivel del cronosistema del modelo socio-ecológico que serán discutidos son la inseguridad financiera (debido al COVID-19) y la inmigración.

#### *La inseguridad financiera (debido al COVID-19)*

La pandemia del Coronavirus en el 2019 fue un evento muy significativo que cambio todo el mundo. En los Estados Unidos, especialmente en la población Latina, cambio el desarrollo socioeconómico, por lo tanto, cambiando su salud. El aumento excesivo de esta enfermedad también causó varios cambios negativos en el estilo de vida, el estrés, el aislamiento, la salud mental, los problemas financieros, las prácticas culturales, y la falta de educación y herramientas para mejorar la salud (D'Alonzo et al., 2012). Los factores mencionados anteriormente han tenido un impacto en el estado de salud de los inmigrantes Latinos, en particular debido a los cambios significativos en su estilo de vida y rutina en comparación con sus países de origen. La falta de alimentos asequibles de alta calidad y la falta de acceso a la información médica son otros factores que siempre han contribuido a este problema, pero la pandemia empeoró la oportunidad para poder reducir esas disparidades. Este evento alteró, y sigue alterando el estilo de vida de varios Latinos en los Estados Unidos, aumentando las tasas de sobrepeso y la obesidad porque tienen más probabilidad de sufrir hipertensión arterial, niveles elevados de grasa en la sangre, la diabetes, el colesterol malo (LDL), y enfermedades/condiciones que ahora son muy comunes entre los Latinos debido a no solo este nivel, pero también todos los niveles previos listados en el modelo socio-ecológico (Forrest et al., 2017).

#### *Proceso de Aculturación*

El nivel macrosistema explica las varias reglas y políticas relacionados con el estatus migratorio (Varela et al., 2023). Esto impide a los Latinos a no recibir acceso a la salud incluyendo seguro médico y

ayuda financiera. Sin embargo, en este nivel, el estrés de la aculturación afecta las tasas de la obesidad de una manera negativa (D'Alonzo et al., 2012). Los factores estresantes instrumentales y ambientales que experimenta un inmigrante cuando se muda por primera vez a los Estados Unidos son los principales definidores del estrés aculturativo. La aculturación es el proceso por cual las personas seleccionan elementos de su cultura de origen y adoptan elementos de la cultura dominante (los Estados Unidos), cambiando aspectos relacionados a la conducta, las prácticas, y los valores de los Latinos (Guerra et al., 2023). Un estudio reportó que estudiantes Latinos en la preparatoria dijeron que preferían pedir comida rápida para el almuerzo porque eso les ayudaba a identificarse como "estadounidenses" (D'Alonzo et al., 2012). Aunque esto aumenta la probabilidad de ser "obeso", mucha de la población Latina usa el concepto de la aculturación para no ser discriminados o para tener más oportunidades.

### **Programas e Intervenciones Basadas en la Evidencia**

#### ***Las promotoras de salud***

Una intervención basada en evidencia llamó a las familias Latinas para discutir las barreras para la participación en programas de salud, las barreras del idioma, y la aculturación. Se utilizaron sesiones grupales con promotoras y proveedores de clínicas para abordar las barreras a la atención y mejorar la comunicación entre pacientes y proveedores. Esta simple intervención fue exitosa por usar promotoras, que son trabajadoras de la salud comunitaria, para brindar atención médica a los miembros de la comunidad (Soltero, et al., 2021). Son miembros de las mismas comunidades Latinas en las que prestan servicios, entonces están familiarizadas con los valores culturales y las normas comunitarias Hispanas, teniendo una visión personal de las barreras que les impiden participar en la investigación y cambiar su comportamiento (Soltero et al., 2021).

#### ***Families Inspired Together 4 Youth Empowered to Succeed (FIT 4 YES)***

Un programa exitoso basado en evidencia llamado Families Inspired Together 4 Youth Empowered to Succeed (FIT 4 YES) reclutó a varios jóvenes, y también fue ofrecido en inglés y en español (Korom et al., 2023). Este programa ayudo en mejorar los niveles de nutrición, educación, y actividad física en los niños, mientras que implementaban varias maneras para fortalecer las relaciones

entre los hijos y sus papas. Guiados por el modelo socio-ecológico, el programa se enfocó en estos tres aspectos que ayudaron a disminuir las tasas de obesidad: las relaciones, el compromiso, e la interacción (Korom et al., 2023).

### **Análisis**

El propósito de este artículo fue analizar las tasas altas de la obesidad en los Latinos, usando los determinantes sociales que influyen en este problema, enmarcándolos dentro de los niveles del modelo socio-ecológico para facilitar la investigación. Guiado por las preguntas de la investigación, la primera pregunta fue contestada empezando con el nivel ontosistema, enfocándose en las características únicas de cada persona. Los determinantes incluidos en este nivel fueron el limitado dominio del inglés y el nivel socioeconómico. El limitado dominio del inglés se asocia con el programa de asistencia nutricional suplementaria (SNAP) y el programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, bebés y niños (WIC), ayudando a las familias de bajos ingresos y a sus hijos a comprar alimentos saludables a través de una tarjeta de Transferencia Electrónica de Beneficios (EBT) o un cheque de WIC (Varela et al., 2023). Para priorizar los gastos, algunas familias Latinas limitaron y restringieron los alimentos para ellos o sus hijos, comprando alimentos más baratos que no son saludables, debido a un nivel bajo socioeconómico (Varela et al., 2023). Cada determinante se correlaciona entre sí, porque los padres tienen la responsabilidad de proveer comida saludable a los hijos, pero con un bajo nivel socioeconómico, hay que hacer decisiones difíciles. Con los programas de WIC y SNAP, hay una oportunidad para tener acceso a comidas saludables, aunque haya dificultades financieras, pero si los padres no saben cómo aplicar para esos programas, debido a la barrera del inglés, esto aumentara las tasas de la obesidad. En el nivel microsistema se analizó como las relaciones afectan experiencias personales y la toma de decisiones, incluso los círculos sociales que tienen un impacto significativo en el comportamiento de una persona (Varela et al., 2023). Los dos determinantes incluidos fueron la familia y la comunidad. En la familia, se ha encontrado que la cohesión familiar está relacionada con una menor angustia psicológica, un mayor bienestar auto informado, y un aumento en la actividad física de los jóvenes (Korom et al., 2023). Para la

comunidad, Una investigación demuestra que la disponibilidad de alimentos saludables y la ingesta dietética de los niños se ven significativamente afectadas por la proximidad a los lugares de compra y distribución de alimentos (Varela et al., 2023). Familias Latinas generalmente siempre son unidas, entonces todos serían afectados, porque todos comen lo mismo. Aunque el limitado dominio del inglés no sea una barrera para conseguir comida saludable, no habrá oportunidad de usar WIC/SNAP si no hay supermercados cerca de sus comunidades. El nivel de exosistema se refiere a los entornos en donde el individuo no es un participante activo, pero aun así impacta su desarrollo indirectamente. El acceso a la salud y el trabajo son los determinantes sociales de este nivel. La falta de acceso a la atención médica tiene impactos directos a la obesidad, reduciendo la duración de la vida y aumentando el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares (D'Alonzo et al., 2012). La mayoría de los padres (con bajos ingresos) tienen trabajos con ingresos mensuales bajos, largos horarios de trabajo, y acceso limitado a servicios de salud por falta de seguro de su empleo (D'Alonzo et al., 2012). Muchas compañías saben que mucha de la población Latina consiste en inmigrantes con documentos inadecuados, y no son tratados con equidad porque esas mismas compañías quieren más dinero. Si los Latinos no tienen seguro por su trabajo, va a ser difícil o imposible recibir atención médica, aumentando la falta de acceso a la atención médica y las tasas de la obesidad.

En el nivel del macrosistema las leyes, las normas culturales, y las políticas gubernamentales pueden tener un impacto en la educación, el trabajo, y la calidad de vida de un Latino. Los dos determinantes sociales de este nivel son el estatus migratorio y el machismo. Con cada nuevo nivel agregado hay más similitudes entre ellos, y cada uno afecta al otro en diferentes maneras. Los inmigrantes con documentos inadecuados enfrentan tasas más altas de la obesidad por dificultades en el acceso limitado a instituciones que fomentan la integración, acceso a obtener un empleo, y el acceso restringido a seguro médico, incluyendo los servicios de atención médica (D'Alonzo et al., 2012). Solo porque hay un cambio positivo en un nivel no significa que cambiara el otro, por eso hay que usar el modelo socio-ecológico de Bronfenbrenner para poder resolver este problema para cada nivel individualmente. Un estudio reportó que, por el machismo, participar en actividades físicas vigorosas (como deportes) es "poco

femenino" y esta actitud les impide a las mujeres Latinas a participar en estas actividades, especialmente si se cree que tendrán menos apoyo de su comunidad como sus amigos y familias (Guerra et al., 2023). No solo hay problemas externos, también hay una probabilidad de no poder hacer ejercicio sin causar problemas entre la familia, debido a los valores culturales de los Latinos. Por último, en el nivel del cronosistema, en cual pasados eventos y experiencias cambian el desarrollo de una persona, es decir, altera el estilo de vida de una persona y tiene un impacto duradero en el desarrollo de la salud humana (Varela et al., 2023). La inseguridad financiera (debido al COVID-19) y la inmigración son los determinantes sociales del nivel cronosistema, y se comparan diferentemente entre los otros niveles porque esto describe los eventos que resultaron en la presencia de las disparidades en salud con relación a la obesidad. El aumento en la prevalencia de esta enfermedad causó varios cambios negativos en el estilo de vida, el estrés, el aislamiento, la salud mental, inseguridad financiera, las prácticas culturales, la falta de educación y en las herramientas para poder mejorar la salud (D'Alonzo et al., 2012). Los factores estresantes instrumentales y ambientales que experimenta un inmigrante cuando se muda por primera vez a los Estados Unidos son los principales definidores del estrés aculturativo (Guerra et al., 2023).

Hay varias causas que resultan en cambios en la obesidad de los Latinos de los Estados Unidos, desde la proximidad de supermercados en la comunidad hasta los valores culturales de la gente, todos los niveles del modelo socio-ecológico son cruciales para realizar cambios. Esto se dirige hacia la segunda pregunta. Hay dos programas listados en la revisión de la literatura que han tenido éxito en disminuir la vulnerabilidad de la obesidad en los Estados Unidos. La primera hablaba de varios jóvenes inscribiéndose en un programa basado en pruebas exitosas llamado Families Inspired Together 4 Youth Empowered to Succeed (FIT 4 YES), que también se ofreció en español e inglés (Korom et al., 2023). Este programa mejoró la nutrición, la educación y la actividad física de los niños, además de fortalecer las relaciones entre los niños y sus padres. El programa se concentró en las relaciones, el compromiso, y la interacción, que ayudaron a reducir las tasas de obesidad, según el modelo socio-ecológico (Korom et al., 2023). La segunda intervención basada en evidencia invitó a las familias Latinas a discutir las dificultades para participar en programas de salud, las dificultades del idioma, y las dificultades de la aculturación. Se

utilizaron sesiones grupales con defensores clínicos y proveedores para mejorar la comunicación entre pacientes y proveedores. Esta intervención tuvo éxito porque utilizó promotoras, o trabajadoras de salud comunitarias, para brindar atención médica a los miembros de la comunidad. Debido a que son miembros de las mismas comunidades Latinas en las que trabajan, están familiarizadas con los valores culturales y las normas comunitarias Hispanas. Tienen una visión personal de las barreras que les impiden participar en investigaciones y cambiar su comportamiento (Soltero et al., 2021).

### **Conclusión**

Para concluir, la obesidad es una condición médica en la que se acumula una cantidad excesiva de grasa en el cuerpo (un índice de masa corporal de treinta o más (Guerra et al., 2023). En los Estados Unidos, es necesario reducir y prevenir las tasas altas de esta enfermedad porque los Hispanos tienen una mayor prevalencia de obesidad prevalentes (Forrest et al., 2017). Este problema puede aumentar el riesgo de tener otras enfermedades, entonces es necesario usar el modelo socio-ecológico para reconocer y abordar el problema. Podemos tener en cuenta los determinantes de la salud que están en juego tanto a nivel poblacional como individual al adoptar un enfoque en los hallazgos más importantes en todos los niveles. La importancia de reconocer y analizar cada nivel individualmente ayuda a determinar los métodos requeridos para poder reducir las disparidades que cada nivel otorga, aunque los determinantes sociales sean similares, hay diferencias en los métodos para gestionarlos. El nivel socioeconómico es un determinante social del nivel ontosistema que indirectamente afecta y cambia todos los determinantes sociales y niveles del modelo socio-ecológico. Por las presiones socioeconómicas, esto limita la disponibilidad de tiempo libre para hacer ejercicio, aumentando la probabilidad de padecer sobrepeso y luego ser obeso si no hay hábitos alimentarios saludables (D'Alonzo et al., 2012). El acceso de salud del nivel exosistema es crucial para la salud. La falta de acceso a la atención médica tiene impactos directos a la prevalencia de la obesidad, reduciendo la duración de la vida y aumentando el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares (D'Alonzo et al., 2012). Finalmente, la inseguridad financiera (debido al COVID-19) del nivel cronosistema demostró que el aumento excesivo de esta enfermedad también causó varios cambios negativos en el estilo de vida, el estrés, el aislamiento,

la salud mental, los problemas financieros, las prácticas culturales, y la falta de educación y herramientas para mejorar la salud (D'Alonzo et al., 2012). Aunque estos hallazgos tengan los mismos impactos negativos hacia las tasas de la obesidad, la forma en que aparecen es muy diferente, y esto será muy importante en reconocer porque no habrá cambios significativos entre la población Latina si no hay intervenciones/estrategias específicas para cada nivel del modelo socio-ecológico.

### **Recomendaciones**

La mayoría de los estudios brevemente describieron el estatus migratorio, la generación o el país de los Latinos. Por ejemplo, los estudios no hicieron distinciones sobre si los participantes eran Mexicanos, Puertorriqueños, o de un país de Sudamérica o Centroamérica. Según los estudios, todos los Latinos pertenecían a una sola categoría. Para futuras intervenciones y programas, hay que incluir esto, porque la competencia cultural es importante. No todos los Latinos comparten los mismos valores culturales, creencias, o estatus migratorio. La mayoría de las investigaciones sobre la obesidad infantil en niños pobres se centran en los niños mayores y adolescentes. Sería beneficioso para esta área de investigación si se realizaran más estudios que examinaran el problema entre los niños más pequeños de la edad preescolar. La información sobre la obesidad infantil en niños de bajos ingresos en este grupo de edad sería útil para nuevos programas e intervenciones de prevención porque los esfuerzos son más efectivos y beneficiosos cuando se dirigen a las poblaciones más jóvenes (Varela et al., 2023). Por último, hay que incorporar la concordancia racial para mejorar la comunicación, la confianza, y el cumplimiento de los consejos médicos. Cuando los médicos y los pacientes pertenecen a la misma raza o etnia, se mejora el tiempo que pasan juntos, la adherencia a la medicación, los tiempos de espera para el tratamiento, y las percepciones de los pacientes sobre las decisiones de tratamiento. De vez en cuando puede generar una sensación de comodidad, lo que puede ayudar a reducir la ansiedad y el dolor. Varios Latinos tienen dificultades compartiendo sus problemas médicos, especialmente por razones como el machismo y sus costumbres (Guerra et al., 2023). Con la colaboración de promotoras y doctores Hispánicos, el éxito de futuros programas e intervenciones va a mejorar.

### Bibliografía

- D'Alonzo, K. T., Johnson, S., & Fanfan, D. (2012). A Biobehavioral Approach to Understanding Obesity and the Development of Obesogenic Illnesses Among Latino Immigrants in the United States. *Biological Research for Nursing, 14*(4).  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6334848/>
- Forrest, K. Y., Leeds, M. J., & Ufelle, A. C. (2017). Epidemiology of Obesity in the Hispanic Adult Population in the United States. *Family & Community Health, 40*(4), 291-297.  
[https://journals.lww.com/familyandcommunityhealth/fulltext/2017/10000/epidemiology\\_of\\_obesity\\_in\\_the\\_hispanic\\_adult.2.aspx](https://journals.lww.com/familyandcommunityhealth/fulltext/2017/10000/epidemiology_of_obesity_in_the_hispanic_adult.2.aspx)
- Galvan, T., Lill, S., & Garcini, L. M. (2021). Another Brick in the Wall: Healthcare Access Difficulties and Their Implications for Undocumented Latino/a Immigrants. *Journal of Immigrant and Minority Health, 23*, 885-894. <https://doi.org/10.1007/s10903-021-01187-7>
- Guerra, Z. C., Moore, J. R., Londoño, T., & Castro, Y. (2022). Associations of Acculturation and Gender with Obesity and Physical Activity among Latinos. *American Journal of Health Behavior, 46*(3), 324-336. <https://www.ingentaconnect.com/content/png/ajhb/2022/00000046/00000003/art00011>
- Hchkor. (2012). *Bronfenbrenner's Ecological Theory of Development*. English Wikipedia.  
[https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/9/9b/Bronfenbrenner%27s\\_Ecological\\_Theory\\_of\\_Development\\_%28English%29.jpg?20160826025142](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/9/9b/Bronfenbrenner%27s_Ecological_Theory_of_Development_%28English%29.jpg?20160826025142)
- Korom, B., Malloy, M., Remmers, C., Cevilla, M., Dione, K., Papanek, P., Condit, J., & Nelson, D. (2023). “It’s About Being Healthy”; a Novel Approach to the Socio-Ecological Model Using Family Perspectives Within the Latinx Community. *BMC Public Health, 23*(46), 1-10.  
<https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-023-15005-2>

National Research Council (US) & Institute of Medicine (US). (2013). Framing the Question. In S.H.

Wolf & L. Aron (Eds.) *U.S. Health in International Perspective: Shorter Lives, Poorer Health* (pp. 95-104). National Academic Press (US).

[https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK115854/pdf/Bookshelf\\_NBK115854.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK115854/pdf/Bookshelf_NBK115854.pdf)

Soltero, E. G., Peña, A., Gonzalez, V., Hernandez, E., Mackey, G., Callender, C., Dave, J. M., &

Thompson, D. (2021). *Family-Based Obesity Prevention Interventions among Hispanic Children and Families: A Scoping Review*. *Nutrients*, 13(8), 2690. <https://doi.org/10.3390/nu13082690>

Varela, E. G., McVay, M. A., Shelnutt, K. P., & Mobley, A. R. (2023). The Determinants of Food

Insecurity Among Hispanic/Latinx Households with Young Children: A Narrative Review.

*Advances in Nutrition*, 14(1), 190-210.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2161831322013138#bib26>