CITY OF SAN ANTONIO
METROPOLITAN HEALTH DISTRICT

SOBREPESO & OBESIDAD EN EL CONDADO DE BEXAR • 2014

Justo casi 1 millón de adultos (71%) en el Condado de Bexar tienen sobrepeso o son obesos en base al Indice de Masa Corporal.[1] Los términos sobrepeso y obesidad se refieren al peso corporal que es mayor a la cantidad que se considera sana para una cierta altura. Esta condición de peso insalubre incrementa la probabilidad que nuestros residentes desarrollen enfermedades crónicas y varios otros problemas de salud. Crear una comunidad que promueve y apoya opciones de alimentos y bebidas saludables y actividad física es crítico a los esfuerzos de prevenir y reducir enfermedades crónicas. Los esfuerzos por mantener un peso saludable deben empezar temprano en la niñez y continuar por vida.

% DE **ADULTOS** CLASIFICADOS **DE ACUERDO A SU PESO** • POR **AÑO**

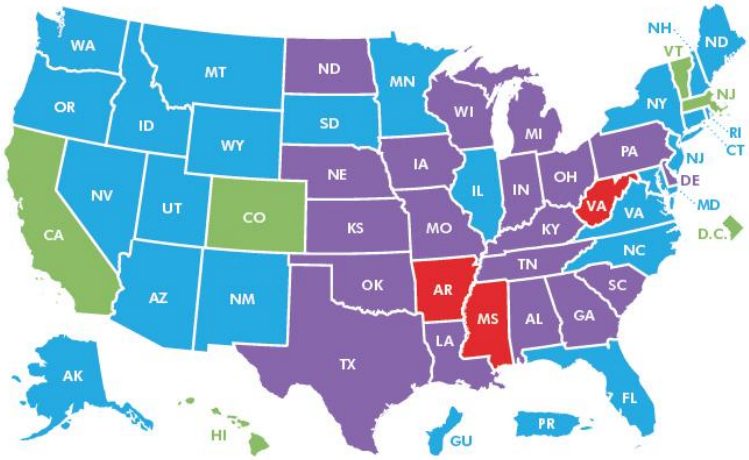
LA CANTIDAD DE ADULTOS OBESOS ESTA DECLINANDO LO CUAL RESULTA EN UN MAYOR NUMERO DE ADULTOS CON **SOBREPESO O PESO SALUDABLE**

EL SOBREPESO Y OBESIDAD ES MAYOR EN HOMBRES QUE EN MUJERES

% DE **ADULTOS OBESOS** • POR **ESTADO**

La epidemia de obesidad ha afectado todas las regiones de los Estados Unidos así también como al Condado de Bexar. **En cada estado más de 20% de los adultos son obesos, y 22 de los estados incluyendo Tejas, tienen una prevalencia de obesidad del 30% o mayor.** [2]

20%–25% | 25%–30% | 30%–35% | >35%

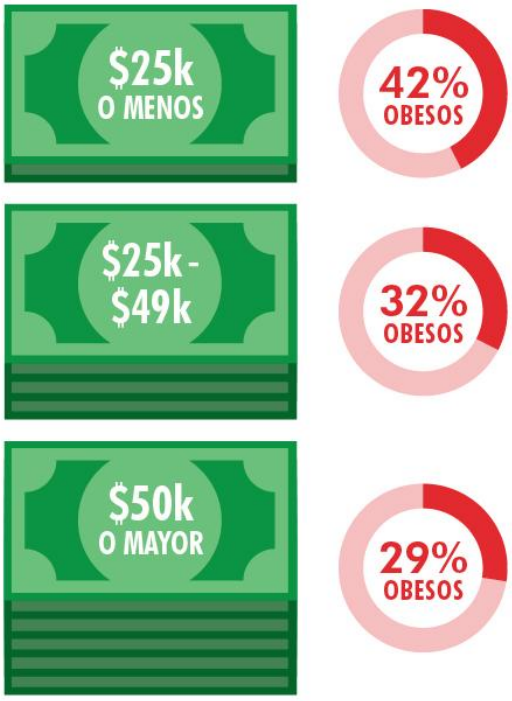


% DE **ADULTOS CON SOBREPESO U OBESOS** • POR **RAZA/ETNICIDAD**

LAS PERSONAS DE RAZA NEGRA O HISPANOS TIENEN MAYOR PROBABILIDAD DE TENER SOBREPESO O SER OBESOS

% DE ADULTOS OBESOS • POR NIVEL DE INGRESOS

LOS ADULTOS CON INGRESOS ANUALES MENORES A $25,000 TIENEN LA MAYOR PROBABILIDAD DE SER OBESOS



UNA LIBRA DE PREVENCIÓN

CAMBIOS AL ESTILO DE VIDA PUEDEN AYUDAR A
PREVENIR Y REDUCIR EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

AYUDA EN LA COMUNIDAD

¡POR VIDA!

Metro Health (210) 207-2722

www.PorVidaSA.com

El programa ¡Por Vida! de Metro Health trabaja con varios establecimientos gastronómicos en San Antonio para ofrecer alimentos en menús que contienen ciertos niveles de buena nutrición.

SAN ANTONIO PARKS AND RECREATION

Administración (210) 207-3000

www.SanAntonio.gov/ParksAndRec

El San Antonio Parks and Rec ofrece una variedad de programas recreacionales y clases de gimnasia. Busque actividades de Actividad Física en su parque cercano o en algún otro de los 240 parques de la ciudad.

CALCULADOR DE BMI

www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi

Usted puede descubrir el nivel de su BMI con solamente un clic. La página de internet del Centers for Disease Control and Prevention ofrece un calculador de BMI que solo requiere su peso y altura.

FUENTES DE DATOS

[1] Center for Health Statistics, Texas Behavioral Risk Factor Surveillance System Survey Data (BRFSS). Austin, Texas: Texas Department of State Health Services, 2013-2014. [2] http://www.cdc.gov/obesity/data/prevalence-maps.html