



INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

Situación de los factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles en la población guatemalteca

Dr. Manuel Ramírez Zea (M.D., Ph.D.)

Denise Oliva, Dina Roche, Fernanda Kroker, Karla Mesarina

Jefe del Departamento de Enfermedades Crónicas y Nutrición.

Guatemala 12 de marzo 2026

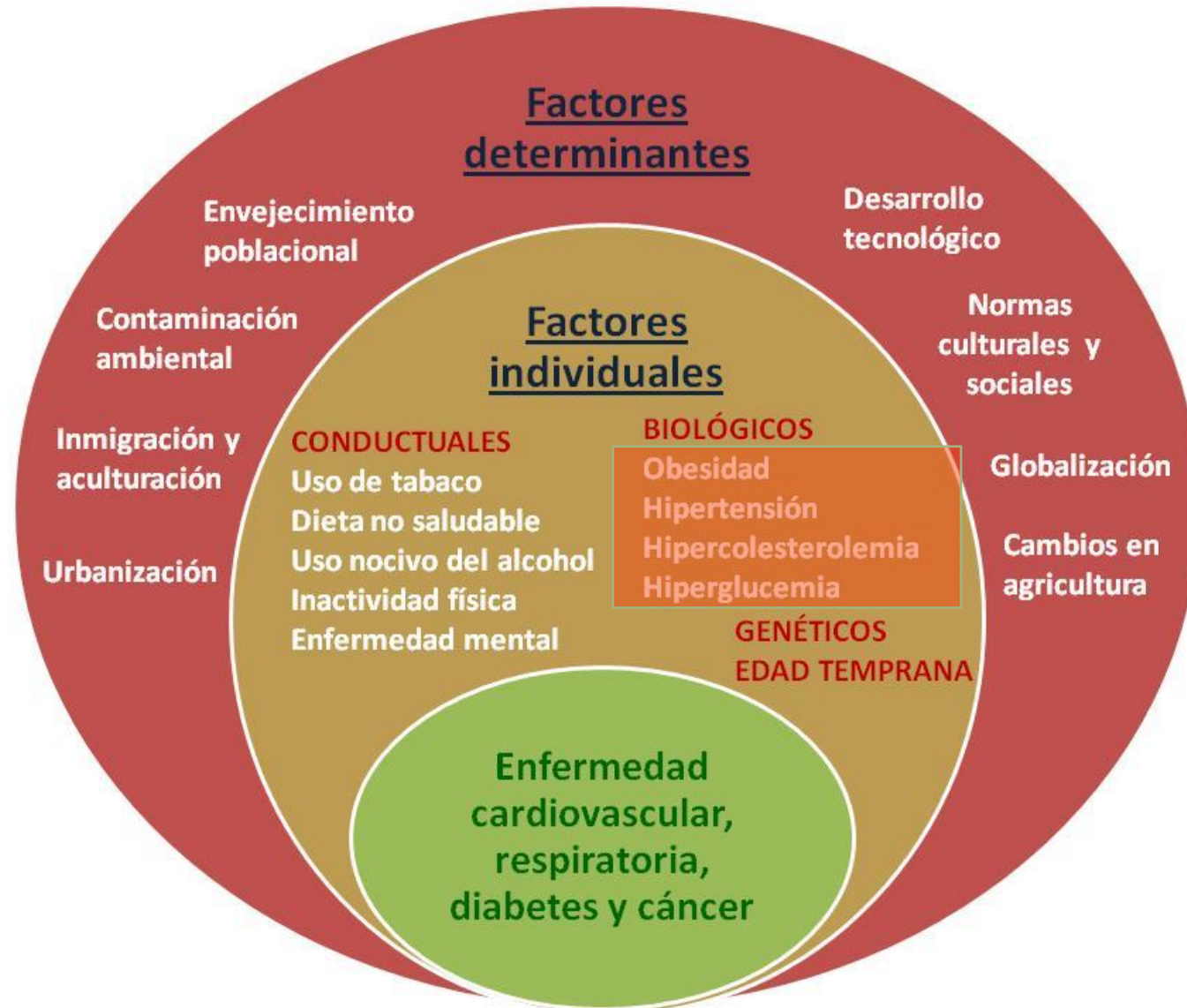
Metodología

Encuesta representativa a nivel nacional: SIVESNU 2022-23

- Población adulta: hombres (18-69 años), mujeres (18-65 años), niños (5-17 años)
- Variables a presentar:
 - ✓ Sobrepeso y obesidad
 - ✓ Bajo nivel de actividad física
 - ✓ Hipertensión arterial
 - ✓ Diabetes tipo 2
 - ✓ Resistencia a la insulina
 - ✓ Perfil lipídico
 - ✓ Síndrome metabólico
 - ✓ Índice de hígado graso
 - ✓ Tasa de filtrado glomerular
- Algunos datos seleccionados, estratificados por categorías:
 - ✓ Área de residencia: urbano / rural
 - ✓ Nivel socioeconómico: alto / medio / bajo
 - ✓ Etnicidad: indígena / no indígena
- Análisis estadístico para determinar diferencias dentro de las categorías



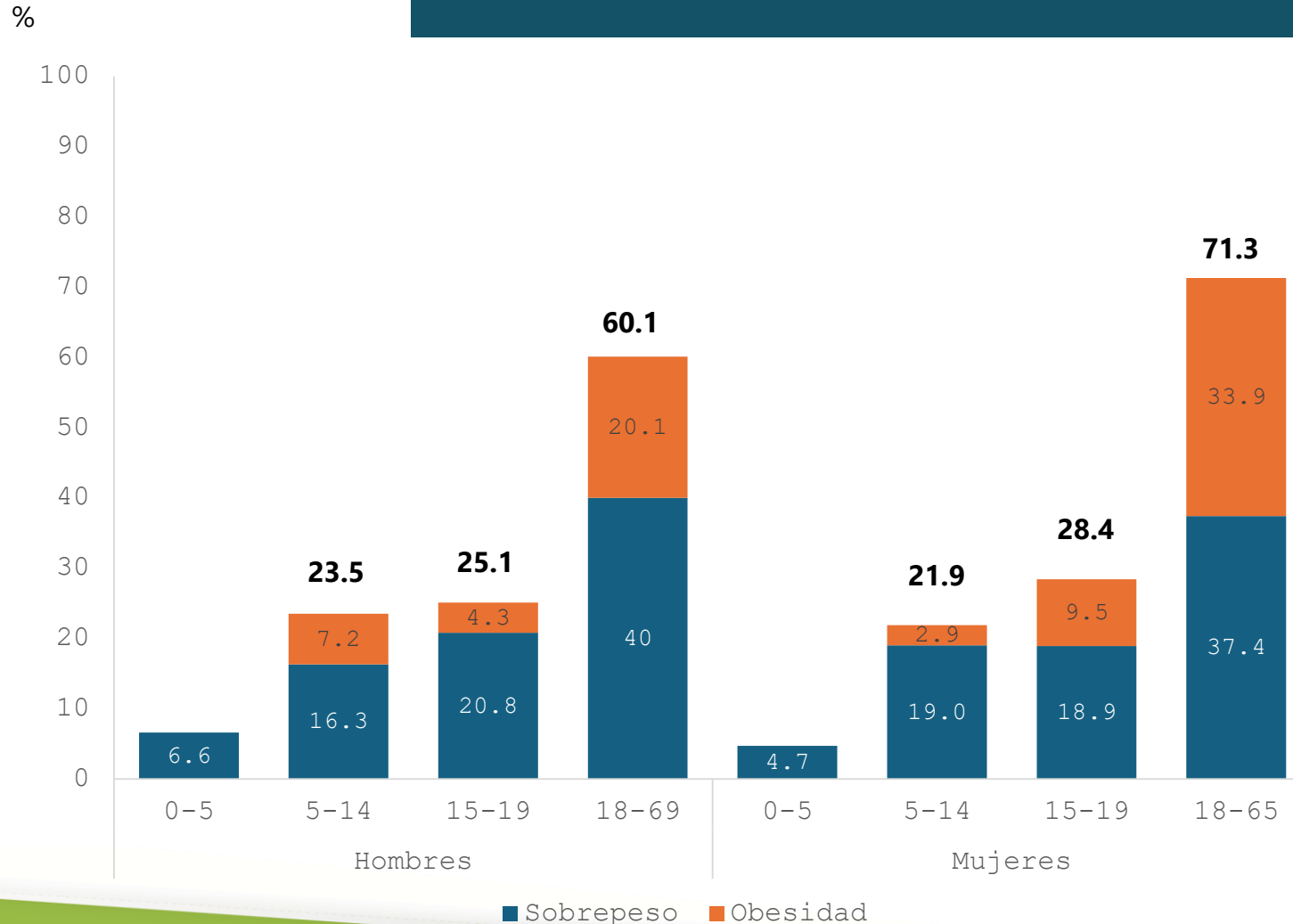
Factores de riesgo individuales y determinantes



Prevalencia nacional de sobrepeso y obesidad (%), SIVESNU 2022-23

Diferencias entre categorías:

- ✓ Directamente proporcional al **NSE**;
- ✓ **Mayor en áreas urbanas** en mujeres y escolares;
- ✓ **Mayor en no-indígenas** en hombres y escolares.

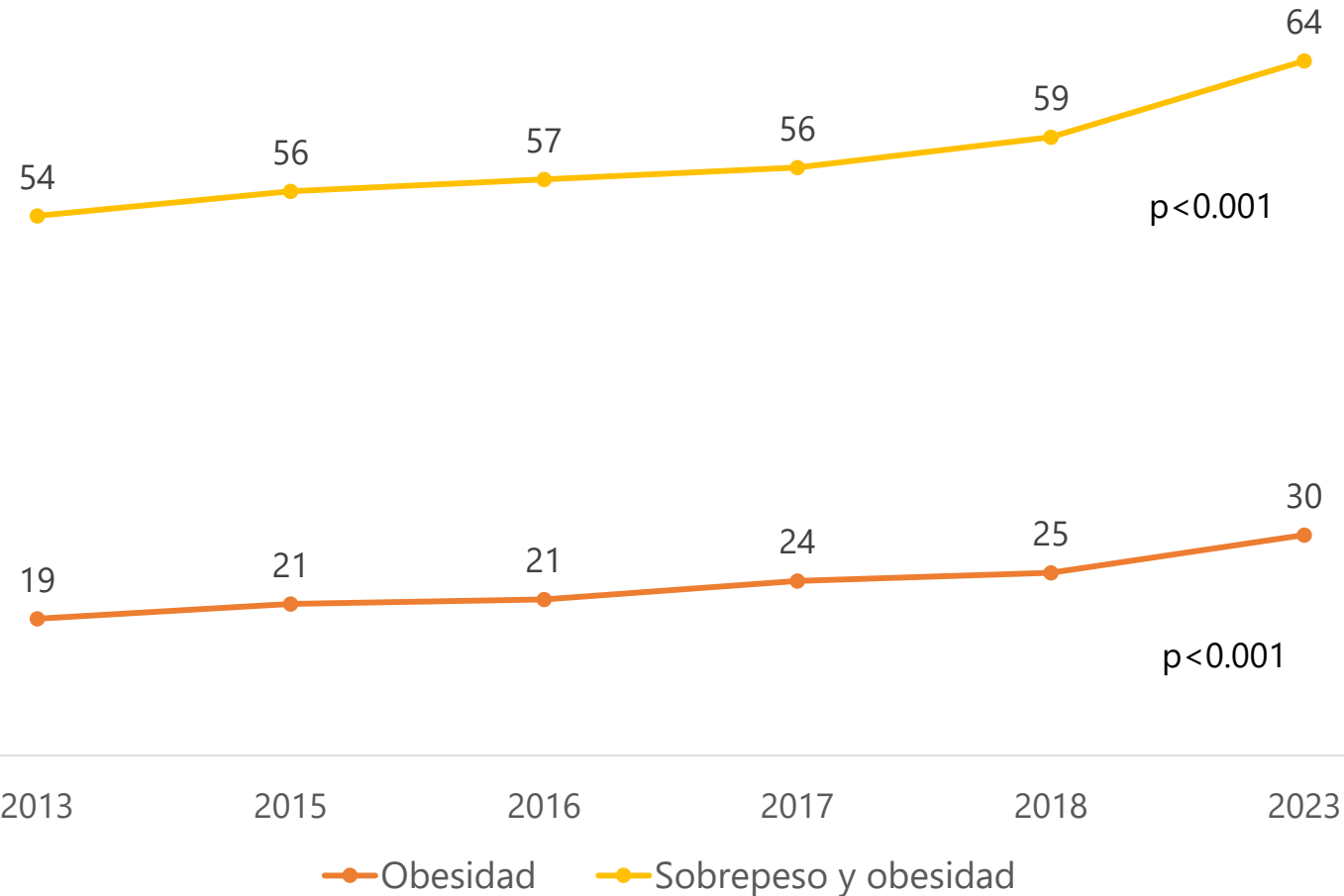


INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

Evolución de la prevalencia (%) de sobrepeso y obesidad en mujeres en edad fértil, SIVESNU 2013-2023



Aumento promedio de 1PP anual

Nivel de actividad física

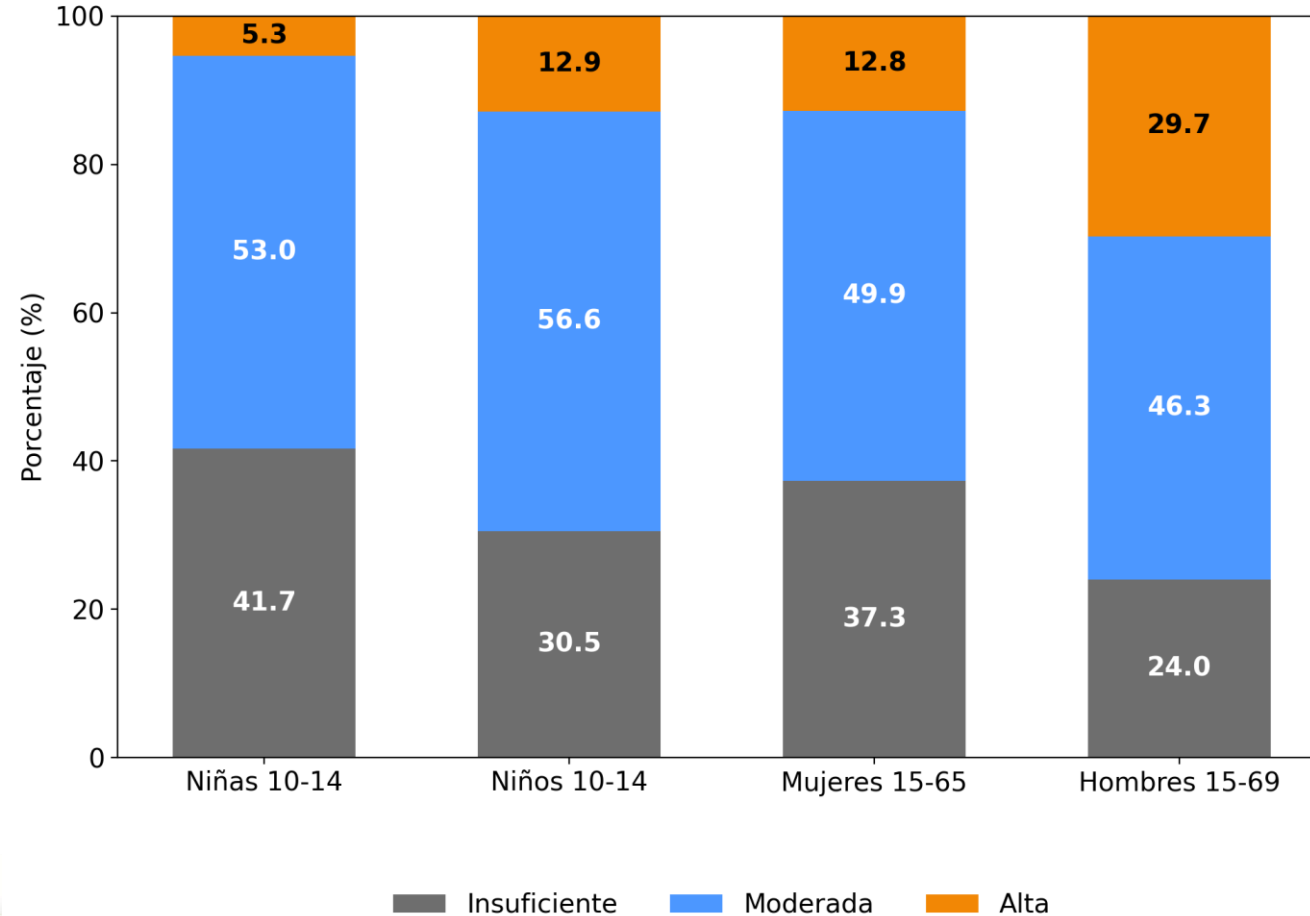
Nivel alto: ≥ 3000 MET/min/semana, 60 min diarios de intensidad moderada o 12,500 pasos

Nivel moderado: 600-2999 MET/min/sem, 150 min semanales de intensidad moderada

Recomendación

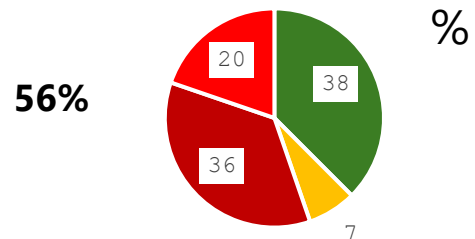
Niños: al menos 60 min/día de intensidad moderada a alta

Adultos: al menos 150 min/semana de intensidad moderada a alta



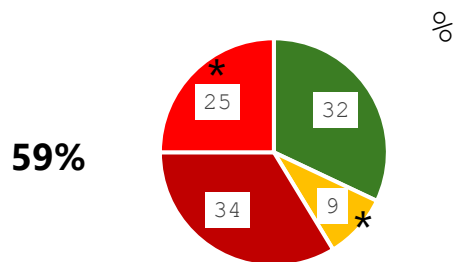
Prevalencia nacional de hipertensión arterial

Prevalencia de hipertensión arterial en adultos Guatemala



- Normal
- Pre hipertensión
- Hipertensión 1
- Hipertensión 2

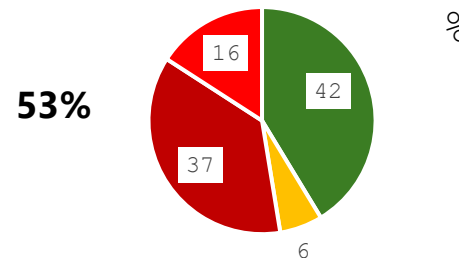
Prevalencia hipertensión arterial en hombres (18-69 años) Guatemala



- Normal
- Pre hipertensión
- Hipertensión 1
- Hipertensión 2

* p < 0.01

Prevalencia de hipertensión arterial en mujeres (18-65 años) Guatemala

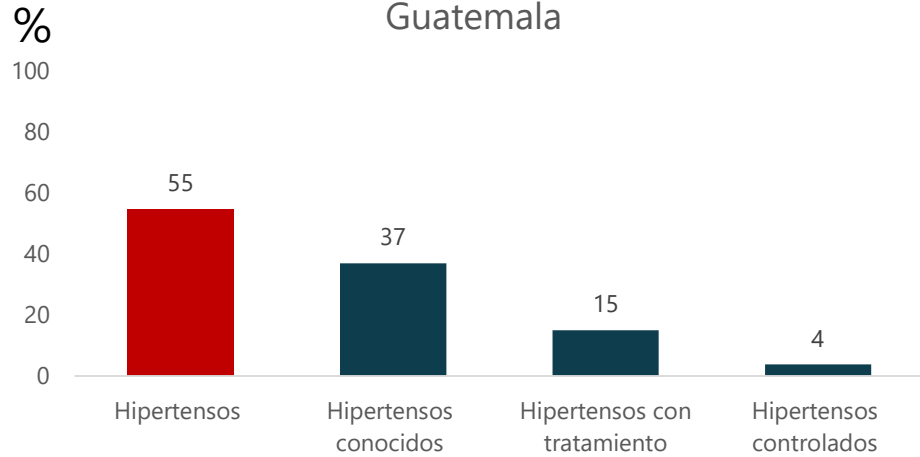


- Normal
- Pre hipertensión
- Hipertensión 1
- Hipertensión 2

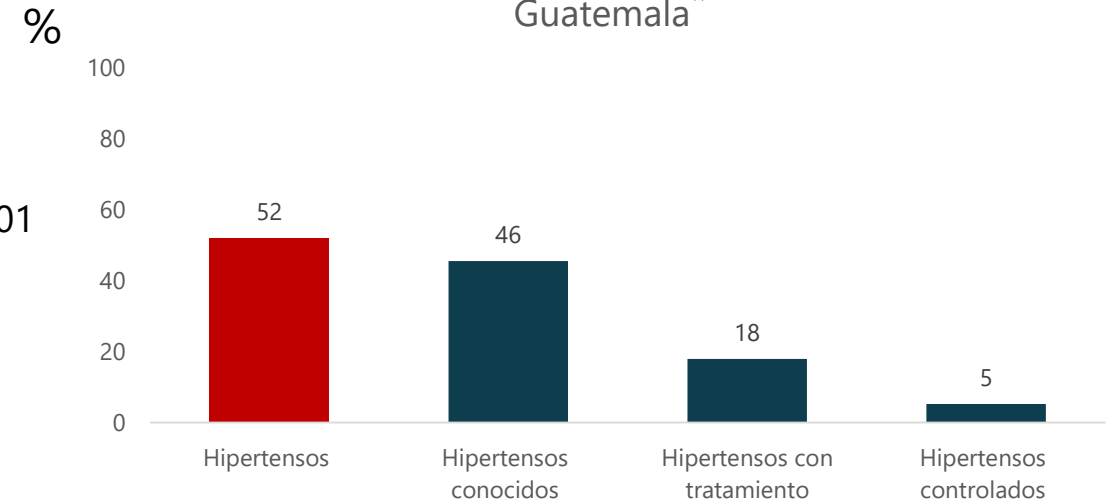
Normal: Sistólica <120 mmHg y Diastólica <80 mmHg,
Pre-hipertensión: Sistólica 120 -129 mmHg y Diastólica <80 mmHg
Hipertensión 1: Sistólica 130-139mmHg o Diastólica 80-89mmHg,
Hipertensión 2: Sistólica ≥140 mmHg o Diastólica ≥90 mmHg

Cadena de la atención de la hipertensión arterial

Cascada de atención de la hipertensión en adultos Guatemala

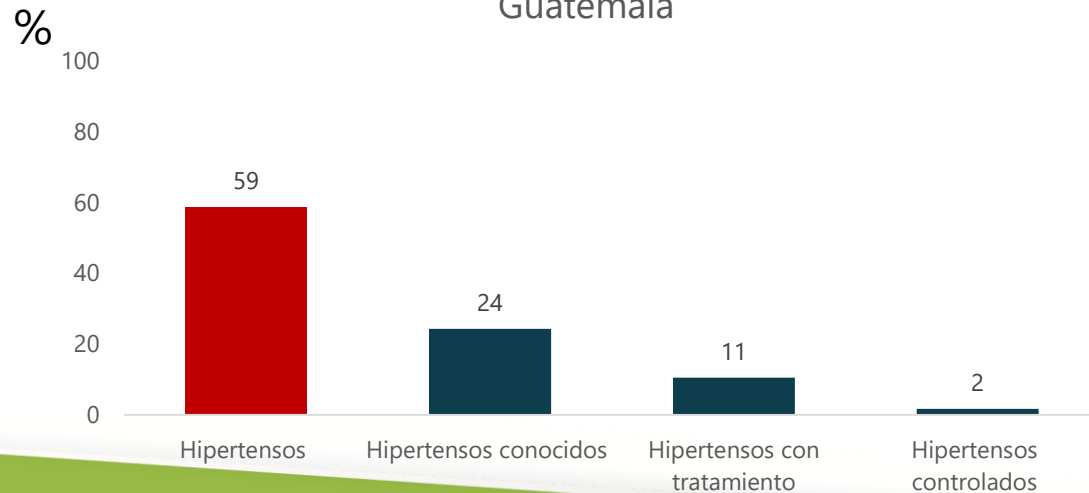


Cascada de atención de la hipertensión en mujeres Guatemala*

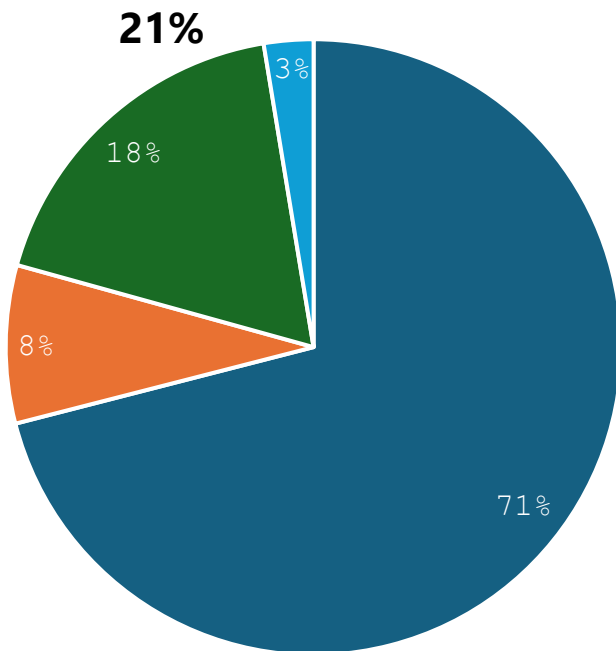


* p < 0.01

Cascada de atención de la hipertensión en hombres Guatemala*



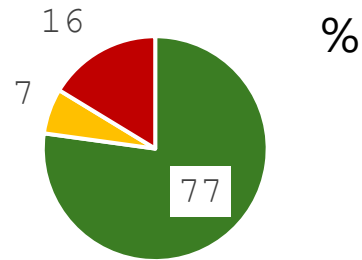
Prevalencia de hipertensión en escolares y adolescentes (10-17 años)



- Normal:
- Elevada:
- Hipertensión grado 1:
- Hipertensión grado 2:

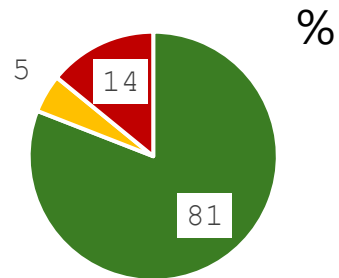
Prevalencia nacional de diabetes tipo 2

Prevalencia de diabetes en adultos Guatemala



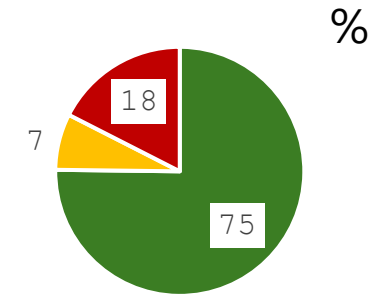
■ Normal ■ Pre-diabetes ■ Diabetes

Prevalencia de diabetes en hombres (18-69 años) Guatemala



■ Normal ■ Pre-diabetes ■ Diabetes

Prevalencia de diabetes en mujeres (18-65 años) Guatemala



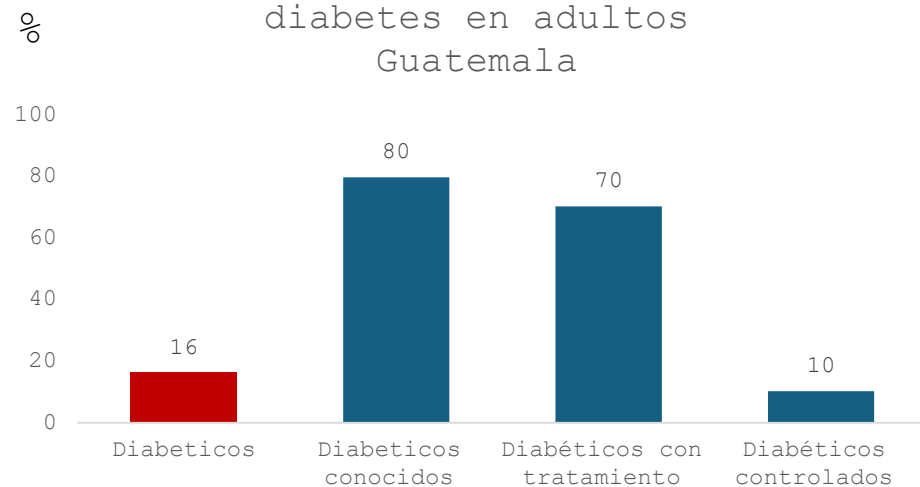
■ Normal ■ Pre-diabetes ■ Diabetes

Pre-diabetes: Glucosa ≥ 100 mg/dL o glucosa ≤ 125 mg/dL

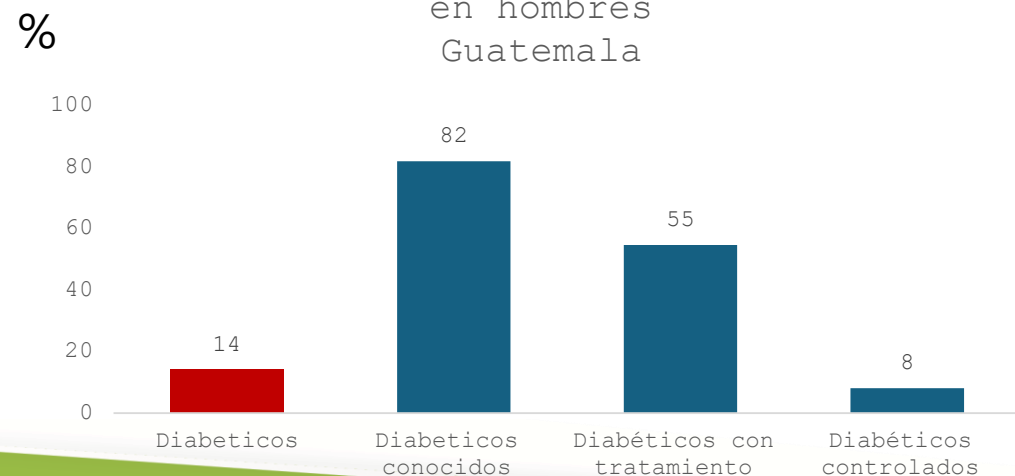
Diabetes: Glucosa ≥ 126 mg/dL

Cadena de la atención de la diabetes tipo 2

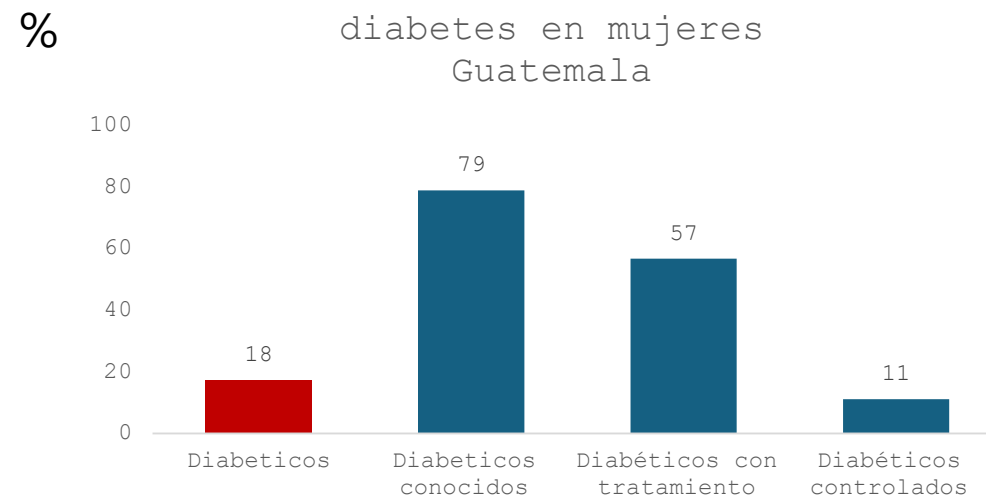
Cascada de atención de la diabetes en adultos Guatemala



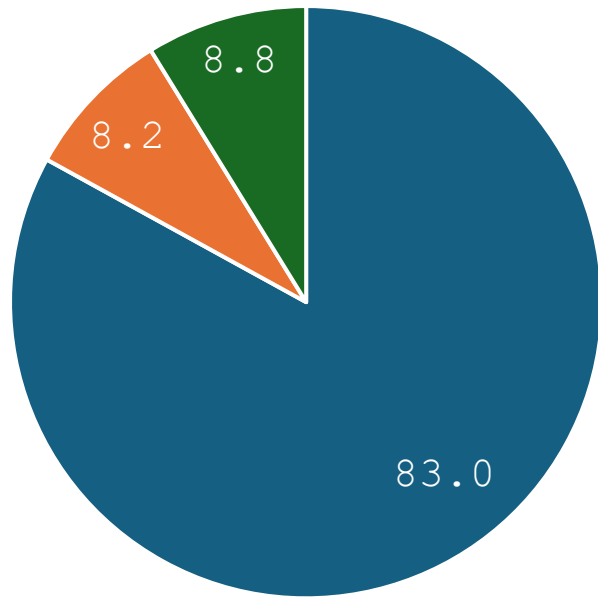
Cascada de atención de la diabetes en hombres Guatemala



Cascada de atención de la diabetes en mujeres Guatemala



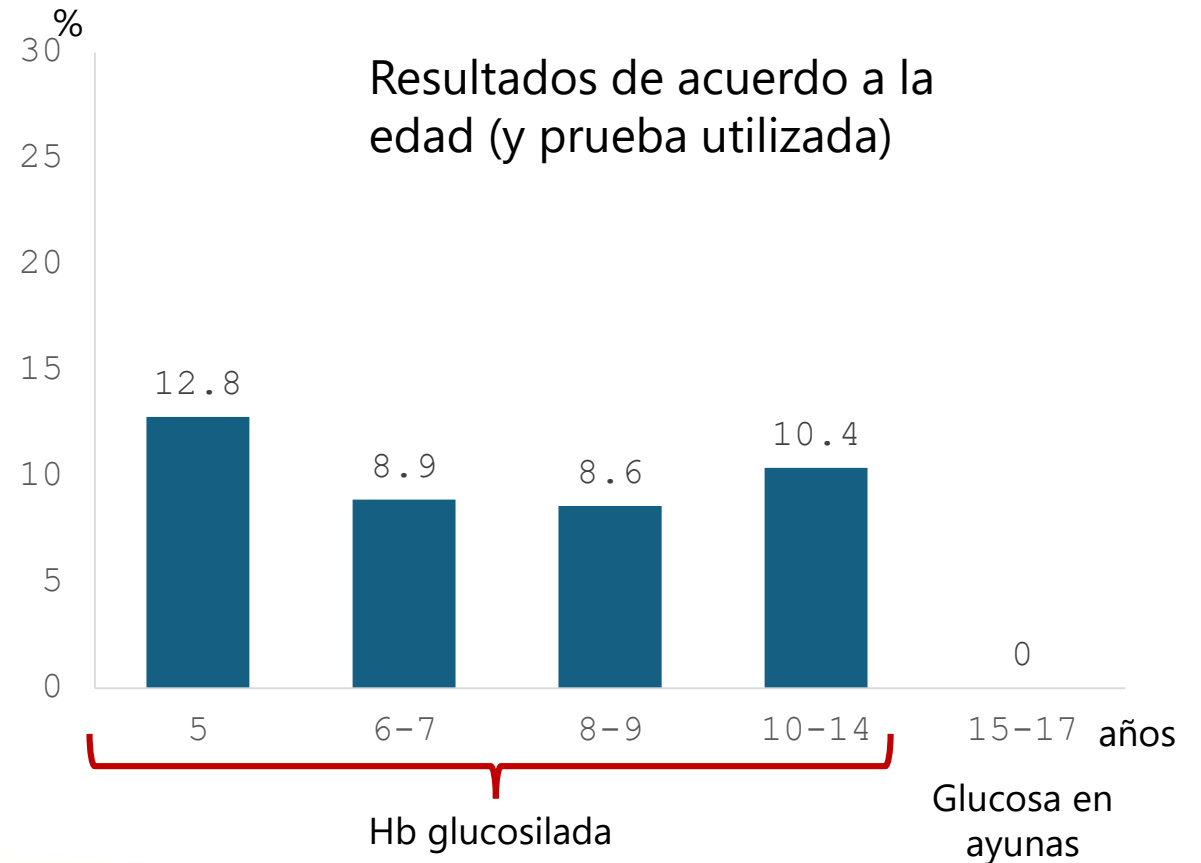
Prevalencia de diabetes en escolares y adolescentes (5-17 años)



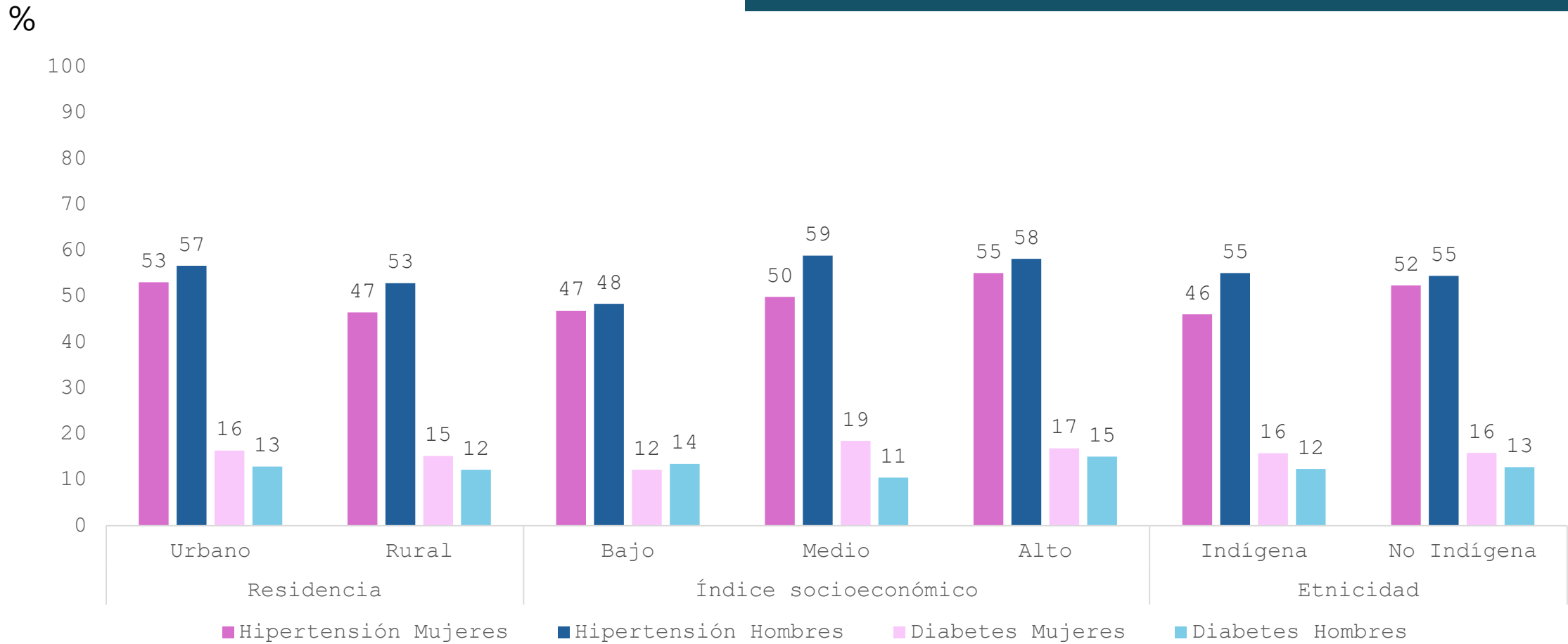
■ Normal ■ Pre-diabetes ■ Diabetes

5-14 años: Normal: HbA1C < 5.7%, pre-diabetes: HbA1C 5.7 - 6.4%, diabetes: HbA1C ≥ 6.5%

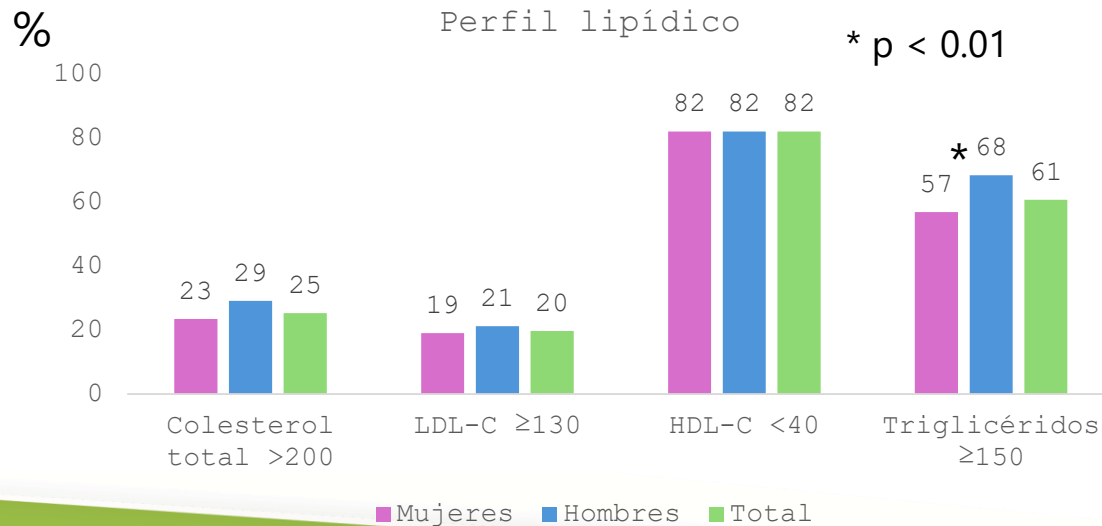
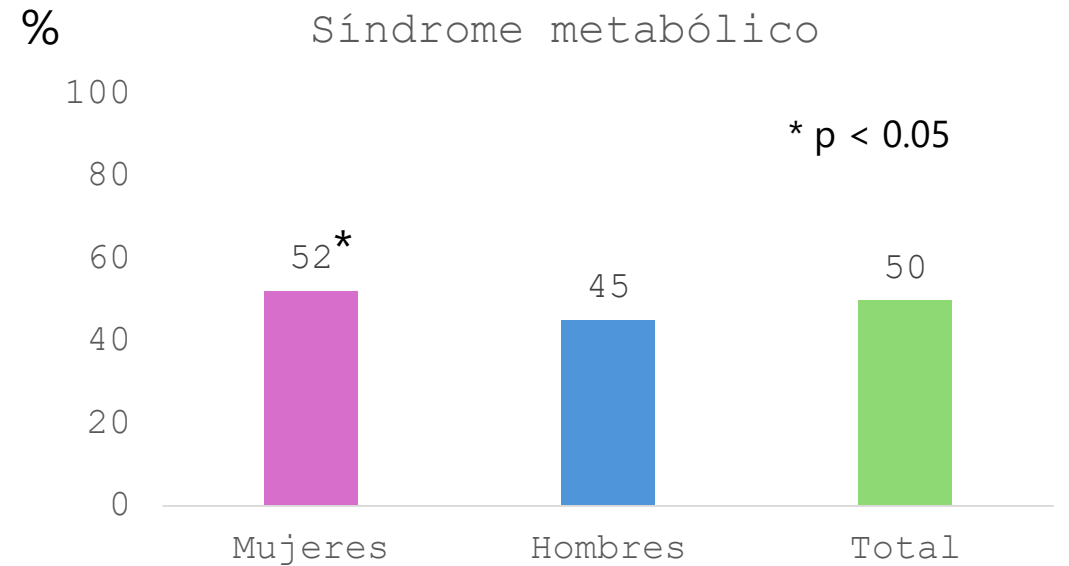
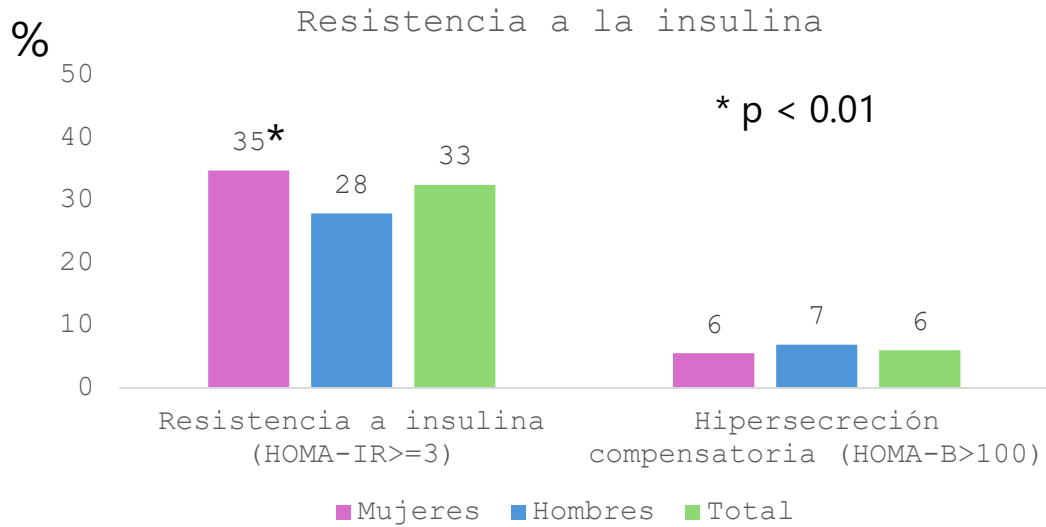
15-17 años: Normal: Glucosa <100 mg/dL, pre-diabetes: Glucosa ≥100 mg/dL o ≤125 mg/dL, Diabetes: Glucosa ≥126 mg/dL



Prevalencia de hipertensión y diabetes, 2022-23



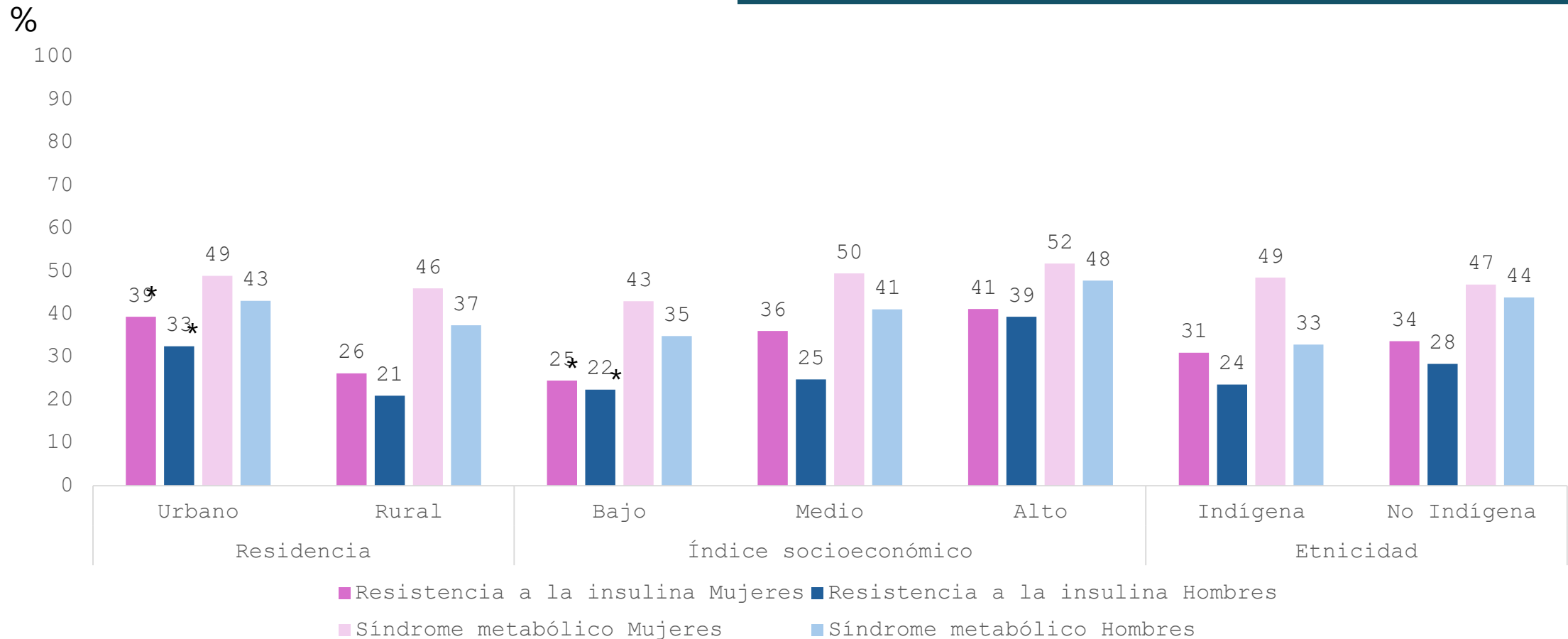
Prevalencia nacional de algunas alteraciones metabólicas



Tres o más de estos factores:

- **Circunferencia de cintura** ≥ 102 cm hombres y ≥ 88 cm mujeres
- **Triglicéridos** ≥ 150 mg/dL
- **HDL** < 40 mg/dL hombres y < 50 mg/dL mujeres
- **Presión arterial** ≥ 130/85 mmHg o tx con antihipertensivos
- **Glucosa en ayunas** ≥ 100 mg/dL o con tx diabetes

Prevalencia de resistencia a la insulina y síndrome metabólico



* p<0.05

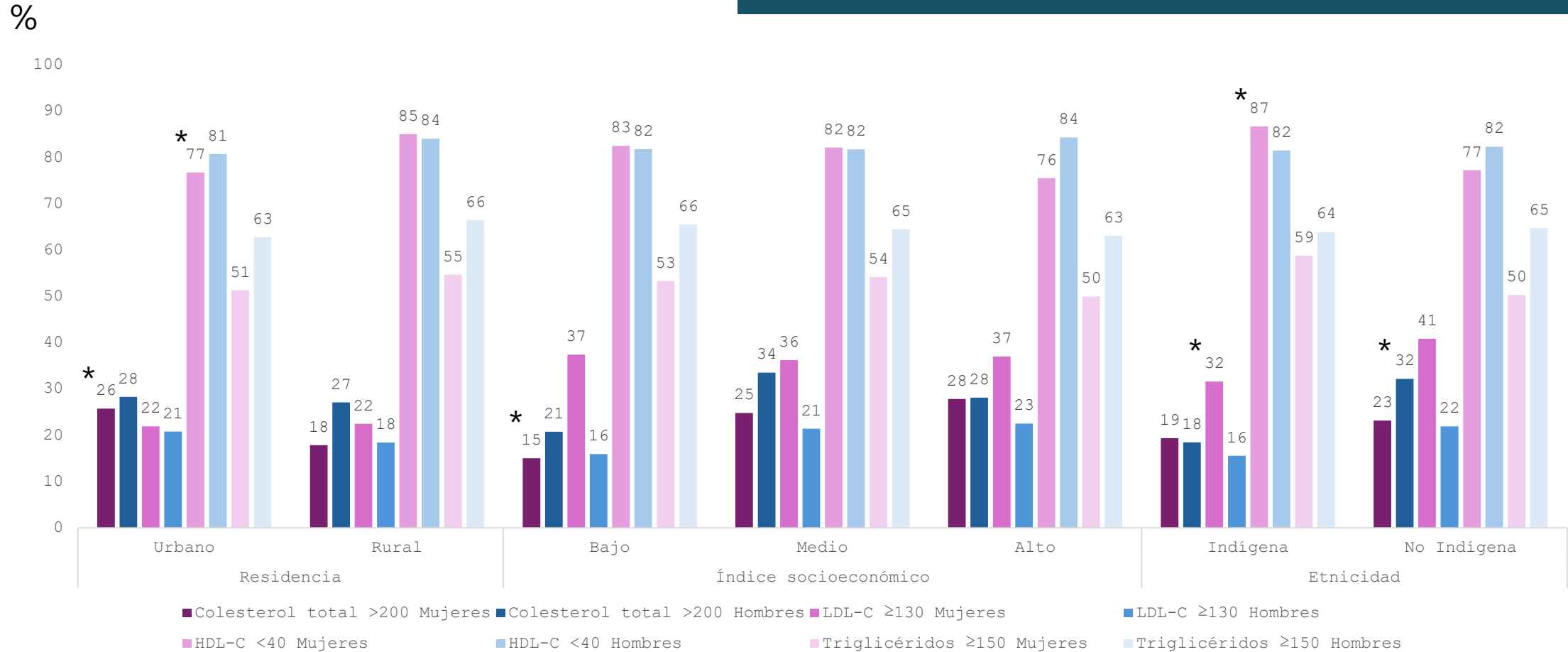


INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

Prevalencia de alteraciones en el perfil lipídico

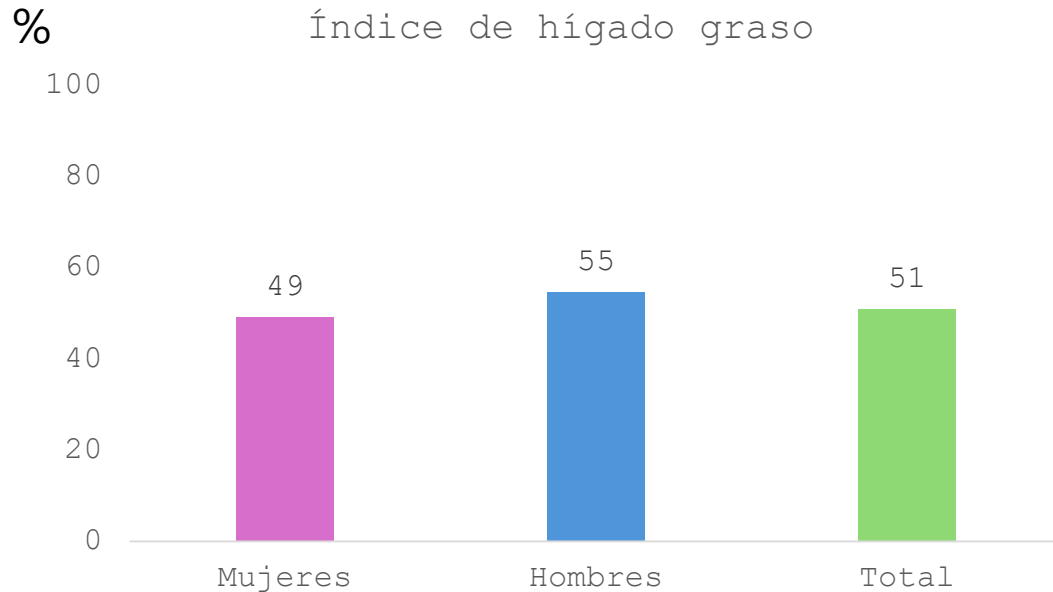


INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



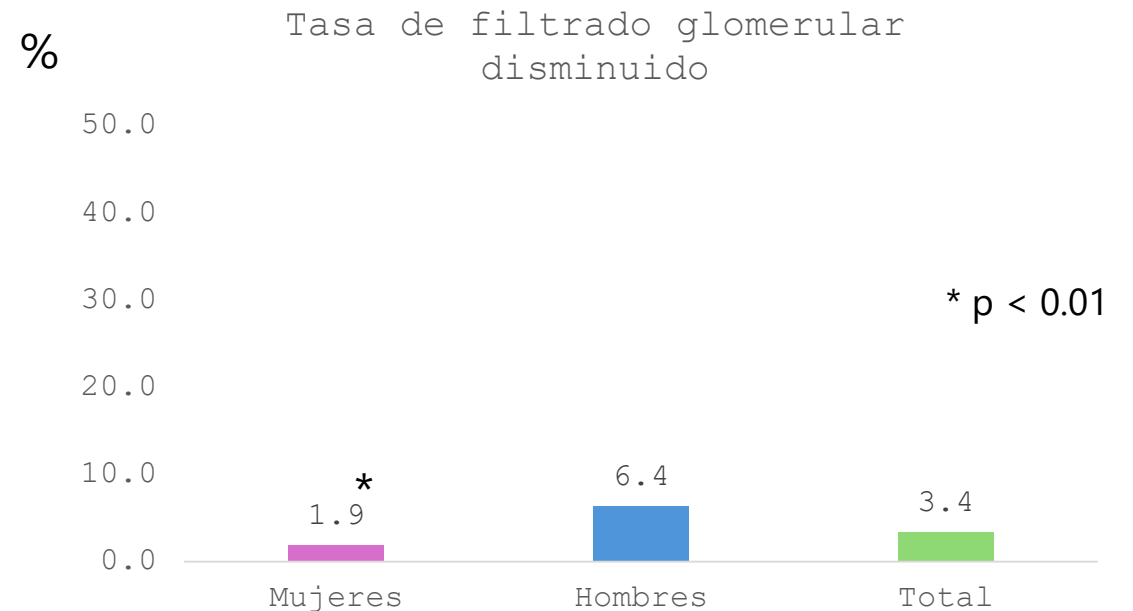
SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

Prevalencia nacional de alteraciones hepáticas y renales



Basado en:

Triglicéridos en mg/dL
Índice de masa corporal (kg/m²)
Circunferencia de cintura en cm
Gamma-glutamil transferasa en U/L



eGFR ligeramente disminuida 60-89 mL/min/1.73 m²

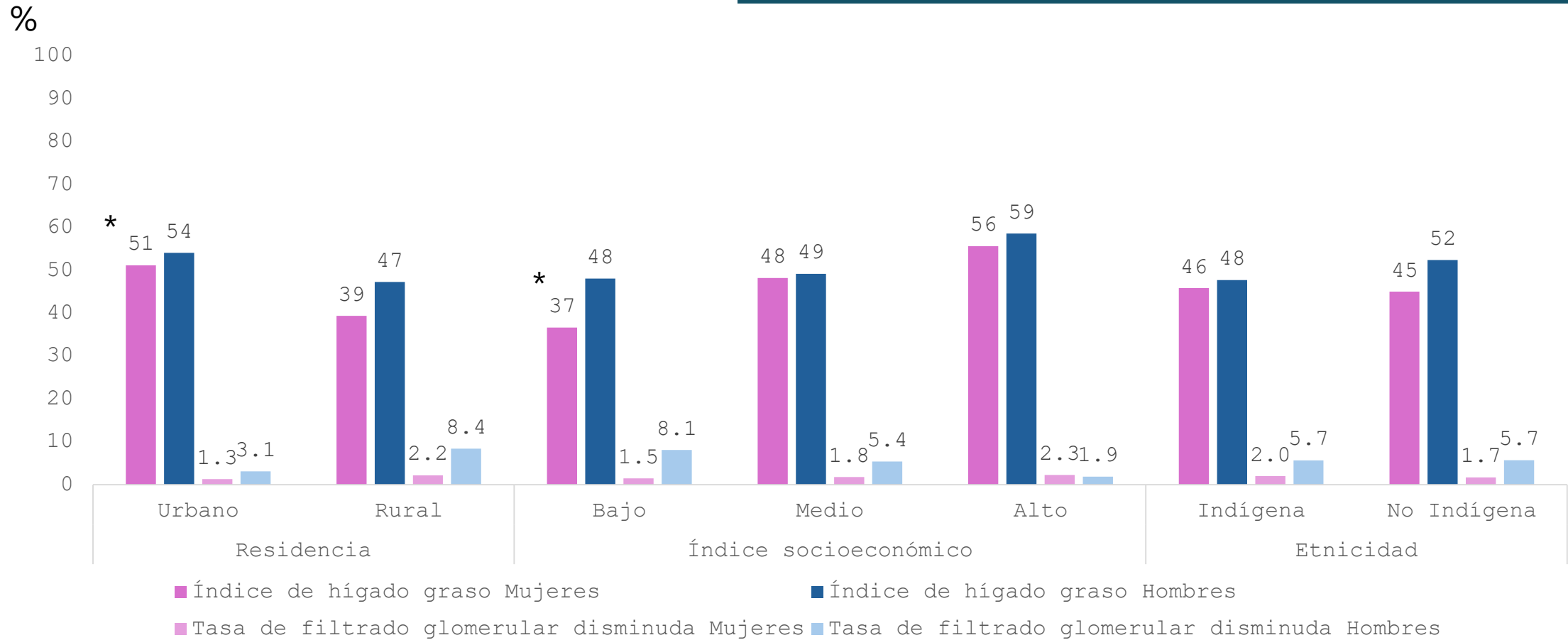


INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

Prevalencia nacional de alteraciones hepáticas y renales



* p<0.05



INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

Conclusiones: mensajes clave

- La prevalencia de factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles son alarmantemente altas
- La **alta prevalencia de sobrepeso y obesidad** en todas las edades indica un riesgo cardiometabólico aumentado desde la niñez y que se intensifica en la adultez.
- Los **niveles insuficientes de actividad física** en niños y adultos contribuyen de forma directa al aumento del exceso de peso y a la aparición temprana de alteraciones metabólicas
- Uno de cada cinco de niños entre 10 y 17 años, dos terceras partes de hombres y seis de cada diez mujeres tienen **alteraciones de la presión arterial**



Conclusiones: mensajes clave

- La cuarta parte de mujeres y la quinta parte de hombre tienen **alteraciones en el control de la glucemia**
- Menos del 11% da personas con hipertensión o diabetes tienen la **enfermedad controlada**
- La tercera parte de la población tiene **resistencia a la insulina** y la mitad tienen **síndrome metabólico e hígado graso**.
- La cuarta parte de la población tiene el **colesterol total elevado**, la quinta parte el **LDLc elevado**, ocho de cada diez el **HDLc bajo** y casi dos terceras partes los **triglicéridos altos**.



Recomendaciones

- Fortalecer los **modelos de atención** de las enfermedades crónicas no transmisibles a nivel de los servicios de salud, particularmente a nivel de atención primaria
- Mejorar la **detección temprana** de los factores de riesgo de las ECNT y asegurar la **provisión de medicamentos** al más bajo costo (e.g., compra conjunta)
- Contar con **vías clínicas** para la detección y manejo de las ECNT
- Implementación de **medidas costo-efectivas** para la promoción de la salud y prevención de factores de riesgo conductuales (alimentación saludable, actividad física, evitar consumo de tabaco y alcohol, salud mental) de las ECNT, desde el embarazo y la infancia hasta la vejez.
- Continuar con un **sistema de vigilancia** como SIVESNU



MUCHAS GRACIAS



INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

*Contribuyendo a la Seguridad Alimentaria y Nutricional
de la población de Centroamérica y República Dominicana*
