



Universidad del Sureste

Medicina Humana.

Materia: crecimiento y desarrollo
Doctora. Kikey Lara Martínez

**Mapa mental de obesidad en la
adolescencia**

Presenta:

- **Hernández López Luis Alejandro,**

- **medicina séptimo semestre**

Obesidad en adolescentes

La obesidad se define como un índice de masa corporal igual o mayor que el percentil para edad y sexo. (neumark, 2013)

Aunque la genética y algunos trastornos causan obesidad, la mayoría de los casos de obesidad en adolescentes son consecuencia de la falta de actividad física y de consumir más calorías de las que se necesitan para el nivel de actividad. El diagnóstico se basa en un índice de masa corporal (IMC) por encima del percentil para la edad y el sexo. La ingesta de una dieta nutritiva y el aumento del ejercicio físico ayudan a tratar la obesidad. En la actualidad, la obesidad es dos veces más frecuente entre los adolescentes de lo que era hace treinta años. Aunque la mayoría de las complicaciones de la obesidad se producen en la edad adulta, los adolescentes obesos son más propensos a sufrir hipertensión y diabetes de tipo 2 que sus compañeros no obesos. Aunque menos de una tercera parte de los adultos obesos lo fueron en la adolescencia, la mayoría de los adolescentes obesos lo siguen siendo en la edad adulta.

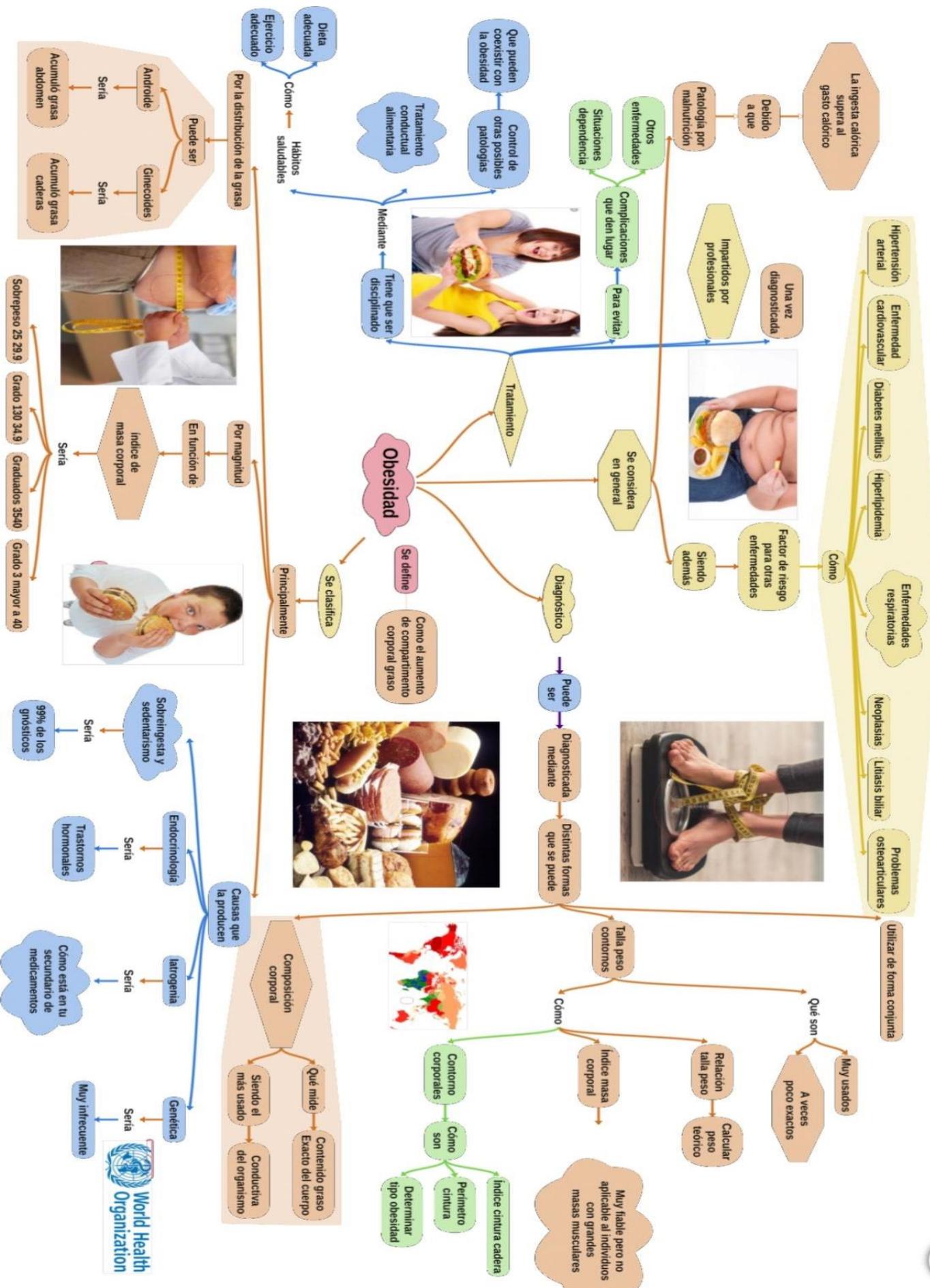
Causas

Los factores que influyen en la obesidad del adolescente son los mismos que los del adulto. Algunos trastornos hormonales, como una glándula tiroidea poco activa (hipotiroidismo) o la hiperactividad de las glándulas suprarrenales, pueden provocar obesidad, pero no suelen ser su causa. Los adolescentes con aumento de peso causado por trastornos hormonales son por lo general de baja estatura y suelen presentar otros signos del trastorno subyacente. Un adolescente obeso de baja estatura y con hipertensión debe ser examinado para descartar el trastorno hormonal denominado síndrome de Cushing. La genética representa un papel, lo que significa que algunas personas presentan un riesgo superior de obesidad que otras. Debido al estigma de la sociedad contra la obesidad, muchos adolescentes obesos tienen una mala imagen de sí mismos y pueden irse quedando más y más aislados a nivel social. (graell, 2014)

Tratamiento

Alimentación y hábitos de ejercicio saludables. El tratamiento de la obesidad adolescente se enfoca al desarrollo de hábitos de alimentación y ejercicio saludables, en lugar de buscar la pérdida de una cantidad específica de peso. La reducción de la ingesta de calorías y la quema de calorías son dos maneras de satisfacer estos objetivos.

El aporte calórico se puede reducir mediante, El establecimiento de una dieta equilibrada con alimentos corrientes, La Introducción de cambios permanentes en los hábitos alimentarios, El gasto calórico se puede aumentar mediante, El incremento de la actividad física. (atienza, 2010)



Conclusión

Al menos tres de cada cuatro adolescentes obesos se convierten en adultos obesos, lo que les predispone a enfermedades graves como la artritis degenerativa, enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular y varias formas de cáncer. Aunque estas enfermedades no suelen afectar sino hasta mucho más adelante en la vida, otros problemas médicos pueden surgir durante la adolescencia para los jóvenes que padecen obesidad mórbida: hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia, infecciones de la piel, desde hongos atrapados en los pliegues de la piel y las áreas difíciles de limpiar y las bacterias, pseudoginecomastia, en la que el tejido graso en exceso da a los niños la apariencia de tener senos, dolor de espalda, dolor de rodilla, cadera o muslo por deslizamiento de cabeza de la epífisis femoral, fractura del tobillo.

Incluso una pérdida de peso moderada y sostenida de aproximadamente 10 por ciento puede disminuir los niveles de la presión arterial, la insulina y el azúcar en la sangre hasta que lleguen a ser normales, eliminando todo excepto la amenaza de los cálculos biliares, pancreatitis y las demás afecciones mencionadas anteriormente.

Sin embargo, el daño emocional que resulta de tener sobrepeso en la adolescencia puede ser considerable y duradero. Sin duda, muchos adolescentes con sobrepeso son populares con sus compañeros. Pero en nuestra cultura obsesionada con la delgadez, el estigma social asociado con la obesidad está profundamente arraigado y es difícil para muchos chicos y chicas con sobrepeso escapar de él.

Referencias

atienza, r. c. (2010). obesidad . *alcala*, 46.

graell, m. (2014). trastornos de conducta . *panamericana*, 615.

neumark, d. (2013). nutricion para los adolescentes . *robin book*, 45-59.
