



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre de alumnos:

Vanessa Monserrat Gómez Ruiz.

Nombre del profesor:

Marcos Jhodany Arguello.

Nombre del trabajo:

Problemas de salud pública.

Materia:

Salud pública.

Grado: "3"

Grupo: "B"

OBESIDAD Y SOBREPESO



¿Qué es?

La obesidad suele ser el resultado de ingerir más calorías de las que se queman durante el ejercicio y las actividades diarias normales. La obesidad se caracteriza por un índice de masa corporal igual o superior a treinta.



¿Cuáles son sus causas?

Hay diversos factores que pueden tener un rol en el aumento de peso. Estos incluyen la dieta, la falta de ejercicio y factores genéticos o del entorno de la persona.

¿Cuáles son los síntomas?

El síntoma principal es la grasa corporal excesiva, que aumenta el riesgo de padecer problemas de salud graves, apetito desenfrenado, fatiga, grasa abdominal o ronquido

¿Cuáles su tratamiento?

El tratamiento principal implica hacer cambios en el estilo de vida, por ejemplo, seguir una dieta más saludable y hacer ejercicio, el incremento de la actividad física ha sido reconocida como una de las alternativas efectivas para enfrentar el sobrepeso y la obesidad una vez existentes, así como para prevenir su aparición



¿Cuáles son sus complicaciones?

síndrome metabólico, presión arterial alta, aterosclerosis, enfermedad del corazón, diabetes, niveles elevados de colesterol en sangre, distintos tipos de cáncer y trastornos del sueño.