

# SOBREPESO Y OBESIDAD EN MEXICO

---

EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN MÉXICO SON UN PROBLEMA CRECIENTE, QUE NO SE ESTANCA, Y SE ENCUENTRA EN ZONAS RICAS, POBRES, RURALES Y URBANAS DE NUESTRO PAÍS

ENTRE 2012 Y 2016 EL PROBLEMA DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD EN MÉXICO CRECIÓ 10 PUNTOS PORCENTUALES EN MUJERES ADOLESCENTES RURALES, LO CUAL ES MUY GRAVE, PUESTO QUE SIGNIFICA TENER A CASI EL 40 % DE MUJERES RURALES CON SOBREPESO Y OBESIDAD EN SOLO CUATRO AÑOS;

EN UN AMBIENTE EN DONDE, SE SUPONE, LAS PERSONAS SE ENCUENTRAN EN MAYOR MOVIMIENTO.

---

EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC) -PESO EN KILOGRAMOS DIVIDIDO POR EL CUADRADO DE LA TALLA EN METROS (KG/M<sup>2</sup>)- ES UN ÍNDICE UTILIZADO FRECUENTEMENTE PARA CLASIFICAR EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD EN ADULTOS.

LA OMS DEFINE EL SOBREPESO COMO UN IMC IGUAL O SUPERIOR A 25, Y LA OBESIDAD COMO UN IMC IGUAL O SUPERIOR A 30

Clasificación del IMC	
Insuficiencia ponderal	< 18.5
Intervalo normal	18.5 - 24.9
Sobrepeso	≥ 25.0
Preobesidad	25.0 - 29.9
Obesidad	≥ 30.0
Obesidad de clase I	30.0 - 34.9
Obesidad de clase II	35.0 - 39.9
Obesidad de clase III	≥ 40.0

---

## FISIOPATOLOGÍA

EL ADIPOCITO ES LA PRINCIPAL CÉLULA DEL TEJIDO ADIPOSEO Y ESTÁ ESPECIALIZADA EN ALMACENAR EL EXCESO DE ENERGÍA EN FORMA DE TRIGLICÉRIDOS EN SUS CUERPOS LIPÍDICOS (SIENDO LA ÚNICA CÉLULA QUE NO PUEDE SUFRIR LIPOTOXICIDAD)

Además, desde su descubrimiento como célula endocrina sabemos que el adipocito desempeña un rol activo tanto en el equilibrio energético como en numerosos procesos fisiológicos y metabólicos

La obesidad ha sido asociada con una perturbación en el perfil secretador, tanto del tejido adiposo como del adipocito, observando así, una alteración en el ratio leptina/adiponectina<sup>14</sup>.

Por tanto, en un contexto de lipo-inflamación se observa un aumento de los niveles séricos de leptina acompañados de una disminución de adiponectina que no se corresponde con los niveles de tejido graso

# Fisiopatología de la obesidad

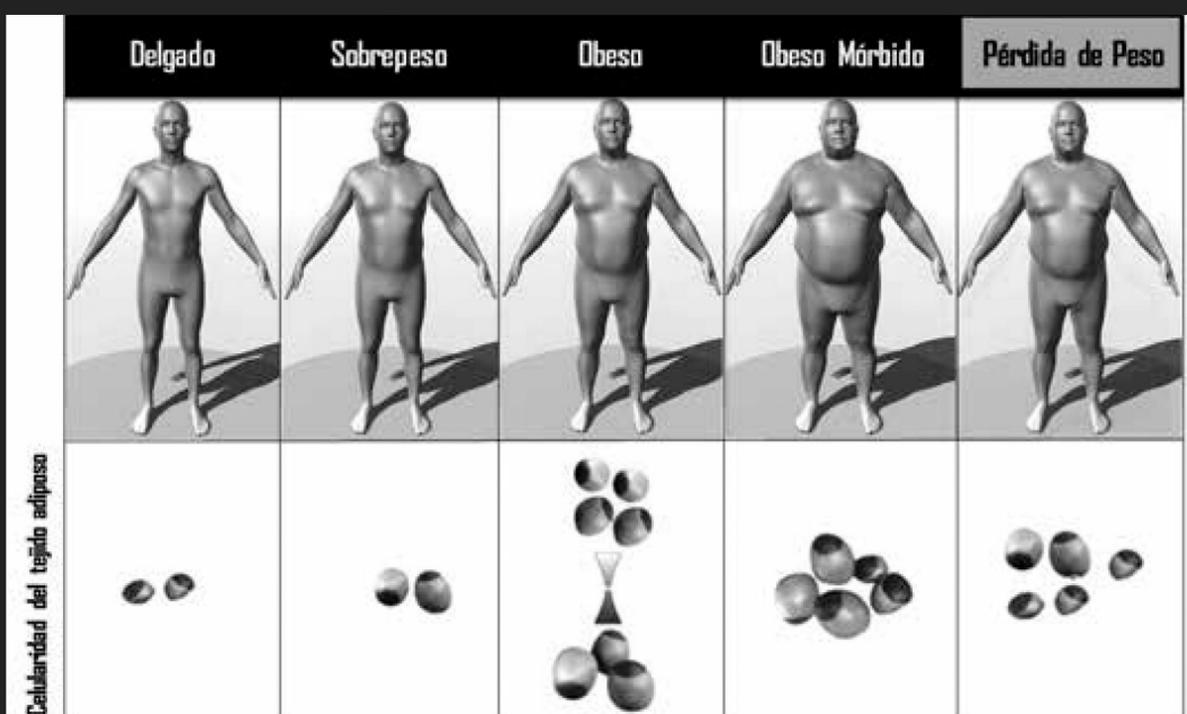
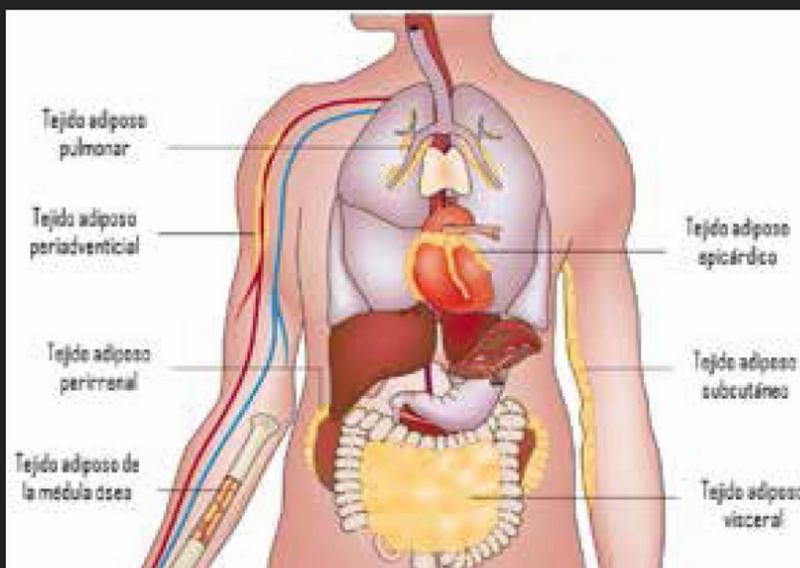
EL TEJIDO ADIPOSO SE COMPONE DE ADIPOCITOS Y ESTROMA (TEJIDO CONECTIVO RETICULAR QUE CONFIERE SOPORTE A LOS ADIPOCITOS Y A LA VASCULARIZACIÓN E INERVACIÓN)

JUNTO A NUMEROSAS CÉLULAS (MACRÓFAGOS, CÉLULAS T, FIBROBLASTOS, PREADIPOCITOS, CÉLULAS MESEQUIMALES, PERICITOS, ETC.)

LAS CÉLULAS INMUNES DEL TEJIDO ADIPOSO TAMBIÉN TIENEN CAPACIDAD DE SECRETAR FACTORES RELACIONADOS CON LA INFLAMACIÓN, CIRCUNSTANCIA QUE SERÁ ESENCIAL PARA DETERMINAR EL ROL QUE TENGAN LAS ALTERACIONES EN DICHO MICROAMBIENTE EN EL CONCIERTO METABÓLICO, PASANDO DE UN PERFIL ANTI-INFLAMATORIO A INFLAMATORI

EL ADIPOCITO PUEDE DESARROLLARSE MEDIANTE DOS PROCESOS:

POR HIPERTROFIA (AUMENTANDO SU TAMAÑO) Y POR HIPERPLASIA (AUMENTANDO SU NÚMERO A PARTIR DE UNA CÉLULA PRECURSORA QUE PASA POR UNA SERIE DE PASOS HASTA DIFERENCIARSE A SU ÚLTIMO ESTADIO, DESDE PREADIPOCITO A ADIPOCITO MADURO)



# CUADRO CLÍNICO

LA OBESIDAD PREGESTACIONAL Y LA GANANCIA DE PESO GESTACIONAL EXCESIVA HAN SIDO IMPLICADAS EN EL DENOMINADO CÍRCULO VICIOSO TRANSGENERACIONAL DE LA OBESIDAD.

ESTE PROCESO CONSISTIRÍA EN QUE LAS EMBARAZADAS CON SOBREPESO U OBESIDAD TIENEN MAYOR PROBABILIDAD DE DAR A LUZ HIJAS MACROSÓMICAS, QUE SON MÁS PROPENSAS A SER OBESAS Y, A SU VEZ, A TENER EMBARAZOS COMPLICADOS CON OBESIDAD

## DIAGNÓSTICO

INDICE DE MASA CORPORAL (IMC) ELEVADO GANANCIA EXCESIVA DE PESO DURANTE GESTACION LA OBESIDAD TIENE UN IMPACTO NEGATIVO EN LA SALUD REPRODUCTIVA DE LA MUJER:

-INFLUYE EN LA CONCEPCION -INCREMENTO DE TASA DE ABORTO EN EL EMBARAZO -COMPLICACIONES MATERNO-FETALES

Clasificación	IMC (Kg/m <sup>2</sup> )	Riesgo
Normal	18.5 - 24.9	Promedio
Sobrepeso	25 - 29.9	Aumentado
Obesidad grado I	30 - 34.9	Moderado
Obesidad grado II	35 - 39.9	Severo
Obesidad grado III	Más de 40	Muy Severo

## TRATAMIENTO

EL TRATAMIENTO PRINCIPAL IMPLICA HACER CAMBIOS EN EL ESTILO DE VIDA, POR EJEMPLO, SEGUIR UNA DIETA MÁS SALUDABLE Y HACER EJERCICIO

