

Sobrepeso y obesidad.

Asesor: Daniela rodriguez Martínez

Alumna: Ángeles Anarela Aguilar Rodríguez

Actividad: Ensayo

Octavo cuatrimestre

Fecha: 12 de febrero del 2021

Comitán de Domínguez Chiapas.

Introducción.

El sobrepeso y obesidad se define como la acumulación excesiva de grasa en el cuerpo siendo correspondiente a un aumento de índice de masa corporal, provocando grandes factores de riesgo a nuestra salud principalmente las enfermedades crónicas como la diabetes, enfermedades cardiovasculares y cáncer se debe al tipo de mala alimentación que se presenta. Por lo tanto es importante conocer los cuidados nutricionales que una persona necesita para el buen funcionamiento y no desarrollar ningún tipo de enfermedad crónica degenerativa.

Desarrollo.

El sobrepeso y la obesidad presentan factores que son causales de las enfermedades crónicas degenerativas que están ligados a nuestro estilo de vida pero como consecuencia de esto es importante tomar en cuenta la prevención, el tratamiento se debe concebir como estrategias para poder contemplar un menor consumo de alimentos que son de alta densidad energética y así llevar una vida más activa. Pero gracias a que hoy en día los profesionales sanitarios son la pieza clave para la prevención y tratamiento de esta patología. La etiopatogenia en la obesidad ha sido reconocida con factores genéticos, endocrinos, neurológicos, psicológicos y ambientales dependiendo el peso específico de cada individuo esto se concreta debido al desequilibrio de la energía ingerida y gasto realizado pero con la dieta y actividad física esto son los pilares básicos para la prevención y tratamiento de la obesidad.

Hoy en día, el sobrepeso y la obesidad son constituidos como uno de los problemas más importantes en la salud pública se da por la magnitud, rapidez del incremento y efecto negativo. Los trastornos neurológicos son asociados desde 1994 en el descubrimiento de la leptina ya que gracias a que fue dilucidado con otros mecanismos hormonales que fueron participes en la regulación del apetito y consumo de alimentos, la leptina y ghrelina son consideradas complementarias en la influencia sobre el apetito y la ghrelina son producidas en el estómago modulando el control del

apetito a corto plazo y la leptina es producida por el tejido adiposo con ella señalizando las reservas de grasas almacenadas en el organismo con ello mediando el control del apetito a largo plazo.

Los problemas óseos en el sobrepeso y obesidad son una asociación incrementando el peso corporal y es un riesgo mayor a desarrollar osteoartritis en las rodillas es mayor que en las mujeres que el varón. La osteoartritis es una enfermedad siendo común el en proceso de envejecimiento que es caracterizada por roturas cartilaginosas, remodelación y crecimiento óseo.

Conclusión.

El sobrepeso y obesidad es una enfermedad grave que hoy en día ha ocasionado una taza alta de mortalidad poniendo en riesgo la salud del ser humano debido a la mala conducta alimentaria que desde pequeños aprendemos, conforme a estos temas es importante conocer a fondo cada una de la información nutricional que recibimos con ello evitar el trastorno de nuevas enfermedades principalmente las crónicas que una persona con sobrepeso u obesidad desarrolle.

Bibliografía: Daniela Rodríguez Martínez. (2021). Sobrepeso y Obesidad. Comitán de Domínguez Chiapas: Universidad del Sureste.

