



Nombre del alumno: Daniela calderón Sánchez.

Nombre del profesor: Daniela Rodríguez.

Nombre del trabajo: Ensayo.

Materia: Sobrepeso y Obesidad.

Grado: Octavo cuatrimestre.

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 10 de febrero del 2021.

Factores que intervienen en el sobrepeso y obesidad, así como complicaciones relacionadas.

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud, las causas fundamentales del sobrepeso y la obesidad es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas, debido a un descenso en la actividad física debido a la naturaleza cada vez más sedentaria, por las formas de trabajo, los nuevos modos de transporte y la creciente urbanización. El sobrepeso y la obesidad son la principal causa de muerte en el mundo, esto se debe a que consigo trae muchas complicaciones como son enfermedades cardiovasculares (ECV), diabetes, diabetes mellitus (DM), hipertensión, dislipidemia, diferentes tipos de cáncer, entre otros.

Las causas de la obesidad son múltiples y complejas. En general, se acepta que la causa de la obesidad es un desequilibrio energético entre las calorías que se consumen y las calorías que se gastan a través del ejercicio y de las actividades de la vida cotidiana, por lo que el cuerpo almacena el exceso de calorías en forma de grasa. La obesidad no es simplemente el resultado de comer en exceso. Los estudios epidemiológicos han detectado en la población una serie de factores asociados con la obesidad por ejemplo: Edad, a medida que se envejece, los cambios hormonales y un estilo de vida menos activo contribuyen a la aparición de la obesidad, otro factor importante es el sexo femenino, las mujeres tenemos varios cambios hormonales, principalmente asociado al embarazo y la menopausia, la obesidad también se presenta en mujeres que tienen síndrome de ovario poliquístico, que es una afección endocrina que impide la correcta ovulación, los factores como la mala alimentación y el sedentarismo son los más conocidos y sonados como factor que provoca sobrepeso, y claro que cumplen un papel importante, porque no hay un control, consumen demasiadas calorías, se abusa de las comidas rápidas y de las bebidas con alto contenido calórico, en el caso del sedentarismo, un estilo de vida sedentario a causa de la automatización de las actividades laborales, de los medios modernos de transporte y de una mayor vida urbana, lo que influye es en la disminución de la práctica de ejercicio físico, ahora bien otro tipo de clasificación dentro de los factores está el genético, algunos estudios genéticos han determinado que la obesidad puede ser hereditaria con genes que influyen en la cantidad de grasa corporal y en su distribución, este factor es irreversible, tristemente solo puede haber un control y tratar que esta patología no traiga consigo otras más, por otra parte las consecuencias de la obesidad alcanza porcentajes altos de riesgo de muerte, esto por las diferentes enfermedades que son causadas por la obesidad como, enfermedades

cardiovasculares (ECV), diabetes, diabetes mellitus (DM), hipertensión, dislipidemia, diferentes tipos de cáncer entre otros. Las enfermedades cardiovasculares son un conjunto de trastornos del corazón y de los vasos sanguíneos y se clasifican en hipertensión arterial, cardiopatía coronaria, enfermedades cerebrovasculares, insuficiencia cardíaca, cardiopatía congénita, cardiopatía reumática y miocardiopatía. La obesidad es la principal causa de hipertensión arterial (HTA) en la edad pediátrica y estarían involucrados en su génesis factores genéticos, hormonales, metabólicos, como la resistencia insulínica, niveles aumentados de aldosterona y posiblemente niveles elevados de leptina.

Otra de las grandes complicaciones del sobrepeso y la obesidad son los Trastornos neurológicos, oncológicos, ginecológicos y cutáneos, relación de los trastornos neurológicos con la obesidad se asocian al descubrimiento de la leptina, las leptinas y ghrelinas son consideradas complementarias en su influencia sobre el apetito, las ghrelina producidas por el estómago, modulan el control del apetito a corto plazo (para comer cuando el estómago está vacío y para parar cuando el estómago está lleno), la leptina es producida por el tejido adiposo para señalar las reservas de grasa almacenadas en el organismo y mediar el control del apetito a largo plazo (para comer más cuando las reservas de grasa están bajas y menos cuando las reservas de grasa son altas).

Las personas con obesidad también tienen mayor probabilidad de sufrir problemas óseos y de articulaciones, el mayor peso ejerce la presión sobre los huesos y las articulaciones, esto puede llevar a osteoartritis, siendo esta una enfermedad que causa rigidez y dolor articular, la asociación entre el incremento de peso y el riesgo para desarrollar osteoartritis de rodilla es mayor en la mujer que en el varón, por otra parte, no existe evidencia de que la limitación funcional articular pueda ser factor determinante en el incremento de peso, a su vez, una reducción de 2 o más unidades del índice de masa corporal, sostenido durante un período de 10 años, se asocia con una reducción de más de 50% en el riesgo de desarrollar osteoartritis de rodilla, una recuperación similar del peso determina nuevamente un incremento equivalente en el riesgo, la osteoartritis es una enfermedad común del proceso de envejecimiento, caracterizada por roturas cartilaginosas, remodelación y gran crecimiento óseo, en la forma idiopática (primaria), la más común, no se encuentra un factor causal específico, la osteoartritis secundaria es patológicamente indistinguible de la forma idiopática, pero existe una causa evidente de la enfermedad.

El dramático del aumento de la obesidad en niños, jóvenes y adultos ha llevado a la consecuencia de apariciones de enfermedades serias asociadas a ellas, si bien sabemos el tratamiento contra la obesidad puede llegar hacer difícil para el paciente pues requiere de cambios de estilo de vida y del compromiso del mismo y de todo el grupo familiar, pues se necesita inversión de tiempo y dinero para su salud, sin embargo hacer un cambio para bien resulta tener mejor condición y es capaz de prevenir y también de revertir esta patología.

Otra de las alternativas para disminuir la frecuencia y el impacto de estas enfermedades lo constituyen las medidas de atención y prevención en las edades tempranas de vida, es decir en la etapa infantil, ya que intervienen factores de riesgo comunes y modificables como el consumo de alimentos altos en azúcar, sodio, grasa, alcohol y el sedentarismo, de esta manera podremos evitar el desarrollo de las enfermedades y sus fuertes complicaciones.

UDS. (2021.). factores que intervienen en el sobrepeso y obesidad, así como complicaciones relacionadas, trastornos neurológicos, oseos , articulares y metabólicos. En UDS., *SOBREPESO Y OBESIDAD*. (págs. 44-58). COMITAN DE DOMINGUEZ CHIAPAS.

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182015000400010.