



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

*Nombre del Alumno: Daniela Nazli Ortiz Cabrera*

*Nombre del tema: Epidemiología y prevención de la obesidad*

*Parcial: 4°*

*Nombre de la Materia: Salud Publica*

*Nombre del profesor: Dr. Del Solar Villareal Guillermo*

*Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana*

*Semestre: 1° Grupo: "A"*

*Fecha de elaboración: 01 de enero 2023*

## Introduccion

La obesidad representa una gran prioridad para la Salud Pública. Su elevada y rampante prevalencia afecta no sólo a países desarrollados, sino también a países en desarrollo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la reconoce como una importante pandemia.

La obesidad es un factor de riesgo causal para la enfermedad cardiovascular, la hipertensión, la diabetes tipo 2, las enfermedades musculoesqueléticas y algunos cánceres (endometrio, mama posmenopáusica, colorrectal, próstata, riñón y vesícula biliar).

Las causas de la obesidad son múltiples e incluyen determinantes socioeconómicos, valores culturales, aspectos psicológicos de personalidad y carácter, comportamientos aceptados socialmente, promoción publicitaria del consumismo, presión mediática para sobrealimentarse y otros aspectos medioambientales y de estilo de vida.

Hoy en día existe una amplia disponibilidad de alimentos con gran aporte calórico a bajo coste. Se ha extendido además el confort de un estilo de vida sedentario. Todo ello condiciona un desequilibrio pequeño pero acumulativo en el balance energético (energía ingerida > energía gastada).

# Epidemiología y prevención de la obesidad

Es un estado de exceso de masa de tejido adiposo corporal. Se asocia a un exceso en el número de adipocitos, a un excesivo tamaño de éstos o a ambas situaciones

## Índice de masa corporal (IMC)

Se calcula como el peso en kilogramos dividido por la altura en metros al cuadrado, y es el parámetro más utilizado para definir la adiposidad general y establecer sus grados.

Se considera que una persona es obesa si su IMC es igual o superior a 30kg/m<sup>2</sup>.

## Estrategias para el control de la obesidad.

1. Hacer ejercicio con regularidad
2. Mantener una dieta saludable
3. Cambiar las conductas.

## Sesgo en los estudios de la obesidad.

Sesgo de información principal en los estudios de obesidad ocurre cuando los datos sobre el peso, la talla o el perímetro de la cintura son autodeclarados.

En consecuencia

Puede producirse una mala clasificación que llevaría a estimar en estudios descriptivos una prevalencia aparente inferior a la real.

Estudios Analíticos

Esta clasificación errónea no diferencial tiende más frecuentemente a sesgar hacia el valor nulo los riesgos relativos y a infravalorar los efectos

## Estrategias de alto riesgo: CRIBADO

Se recomienda el cribado sistemático (tipo B) en todos los adultos y niños mayores de 6 años ofreciéndoles consejo intensivo sobre posibles intervenciones de estilo de vida para promocionar una pérdida de peso sostenida a lo largo del tiempo.

## Conclusion

La enfermedad de diabetes millitus que la gran mayoría de las personas padece nos podemos dar cuenta que la gran parte no tiene una buena alimentacion y casi muy pocas personas que la padecen no cumplen con un buen habito alimenticio y realizan deporte ya que si cumplieran con las recomendaciones que se mencionan aquí y las recomendaciones que da el medico lseria algo muy beneficioso para las personas que lo padecen ya que les ayudaria a reducir costos de las medicinas que perder algunas extremidades o afectar uno de nuestros organos eso nos ayudaria a tomar conciencia y asumir con responsabilidades la enfermedad por eso es importante obtener buena informacion sobre esto para tomar conciencia.