



**Nombre del alumno: Olaguez Ramírez
Brenda Leticia**

**Nombre del profesor: Pérez Escobedo
Dalia De Los Ángeles**

**Nombre del trabajo: La obesidad,
causas y consecuencias**

Materia: Sobrepeso y obesidad

Grado: 8°A

Grupo: LNU

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de Febrero de 2022.

LA OBESIDAD

La obesidad y sus principales factores y consecuencias

La obesidad es una enfermedad que ha ido en aumento en los últimos años debido principalmente a una mala y excesiva alimentación aunado a la falta de actividad física, pero también puede ser producida por la disminución del metabolismo basal y/o la termogénesis de los alimentos. La obesidad es considerada hoy en día como una epidemia global y es un importante problema de salud pública, esta es una enfermedad crónica multifactorial y muy compleja que se caracteriza por el exceso de grasa corporal respecto al peso de la persona, la cual es perjudicial para la salud pues se asocia a otras enfermedades crónicas como la diabetes mellitus tipo 2, enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer.

El cambio que ha sufrido nuestra alimentación con el paso de los años ha sido el mayor detonante del aumento de obesidad en la población, ya que el consumo de alimentos con aditivos y exceso de kilocalorías han sido los responsables del aumento de peso de las personas, haciendo así que aumenten las enfermedades, las muertes y que se vea afectada principalmente la calidad de vida de las personas.

La Organización Mundial de la Salud define a la obesidad como una acumulación anormal o excesiva de grasa, la cual se produce por un desbalance energético en el organismo, ya sea por un exceso de en la ingesta o por una disminución del gasto energético, la situación se vuelve más grave cuando se combina con el sedentarismo y una disminución del metabolismo basal y la termogénesis. La obesidad hoy en día puede clasificarse en dos tipos; de origen primario y de origen secundario.

La obesidad de origen primario se presenta debido a una ingesta excesiva de alimentos con alto contenido calórico y a una falta de actividad física, lo que provoca un balance positivo hacia el cuerpo, mientras que la obesidad secundaria se presenta por alteraciones colaterales en el organismo, como; problemas endocrino-metabólicos, hipotalámicos, factores genéticos y a endocrinopatías, todos estos factores van provocando que la grasa se vaya acumulando en el cuerpo y llegue a provocar un sobrepeso que después conllevará a un estado más grave como lo es la obesidad.

Existen muchos factores que condicionan la aparición de la obesidad, unos son modificables como la alimentación y la actividad física y existen otros no modificables como los genéticos, hereditarios y geográficos. También existen condiciones que hacen más predisponente a padecer esta enfermedad, las condiciones socioculturales afectan a las personas debido a que mucha de la alimentación está dictaminada por la ciudad y cultura que

nos rodea y, las condiciones psicológicas afectan ya que el comportamiento que tiene cada persona puede determinar el tipo de comida y la frecuencia de esta, así como algunos problemas emocionales pueden hacer que estas conductas cambien y se modifique el tipo de alimentación.

Otro factor que ha tenido mucha visibilidad para el aumento de la grasa corporal en las personas es el uso de medicamentos, ya que se ha demostrado que algunos medicamentos provocan un efecto directo sobre el metabolismo de los individuos. Por ejemplo, el uso de cortisona provoca un aumento de retención de líquidos y redistribuye la grasa corporal, los betabloqueantes provocan un aumento de peso ya que limitan la lipólisis y pueden provocar hiperinsulinemia e hiperglucemia. Uno de los más utilizados en la actualidad son los antidepresivos debido al aumento de enfermedades psicológicas que hay en la población, este medicamento provoca aumento de peso debido a que algunos aumentan el apetito y algunos reaccionan con los alimentos que se consumen.

Con el aumento de personas con diagnóstico de obesidad también ha ido en aumento el uso de alternativas a las dietas para tratar esta patología generalmente cuando la salud de las personas está en un riesgo mayor. En la actualidad se utiliza cirugía bariátrica para tratar a la obesidad, la cual consiste en hacer más pequeño al estómago para hacer que el llenado sea más rápido de manera que la persona se sienta satisfecha más rápidamente y coma menos cantidad de alimentos.

Las consecuencias de padecer esta enfermedad cada vez son mayores, pues la obesidad puede provocar diabetes mellitus del tipo 2, hipertensión arterial, algunos cánceres como el de estómago, colon, hígado, vesícula y cáncer rectal, dislipidemias, problemas para dormir y conciliar el sueño, complicaciones endócrinas, síndrome metabólico, complicaciones ortopédicas y trastornos alimentarios los cuales afectan la calidad de vida de las personas, pues muchas de ellas padecen más de una de las enfermedades mencionadas anteriormente, lo cual va deteriorando la salud de las personas y su calidad de vida.

La obesidad es una enfermedad que ha estado afectando a la población de todo el mundo por el tipo de vida que se lleva, por la alimentación, y el uso de fármacos que hoy en día se consumen derivados de otras patologías. La obesidad es una enfermedad crónica y compleja en la que interviene múltiples aspectos y factores y cuyo tratamiento más efectivo hoy en día es la prevención pues, un estilo de vida saludable con una buena y variada alimentación y una actividad física evitará desarrollar obesidad en la mayoría de los casos y

también ayudará a mejorar la calidad de vida de cada persona que lleve este estilo de vida saludable.

BIBLIOGRAFÍA

UDS. (Enero-Abril 2023). Antología de sobrepeso y obesidad. México. Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/3b1ccbad94c89b9c1be3e77a700c6b39-LC-LNU803%20SOBREPESO%20Y%20OBESIDAD.pdf>

OMS (s/f). Obesidad. Who.int obtenido de https://www.who.int/es/health-topics/obesity#tab=tab_1