



21 DE ENERO DEL 2023

SITUACIÓN DE SALUD ACTUAL

SOBREPESO Y OBESIDAD

JULISSA CÁRDENAS RODAS
UNIVERSIDAD DEL SURESTE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN



SOBREPESO Y OBESIDAD

Son una acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo que se corresponde con un aumento de peso corporal. El IMC, indicador simple de la relación entre el peso y la talla, se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos.

La OMS establece que un IMC igual o superior a 25 kg/m² expresa sobrepeso y que cuando es igual o superior a 30 kg/m² determina obesidad.

La obesidad es la enfermedad metabólica más frecuente del mundo desarrollado, más de 1.100 millones de personas superan su peso saludable.

La importancia del sobrepeso y la obesidad estriba en que son factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (incluidas las cardiovasculares, la diabetes y el cáncer) y en que aumentan significativamente el riesgo de muerte prematura y el uso de los servicios de salud.

SOBREPESO

Es un estado pre mórbido de la obesidad y al igual que ésta se caracteriza por un aumento del peso corporal y se acompaña a una acumulación de grasa en el cuerpo, esto se produce por un desequilibrio entre la cantidad de calorías que se consumen en la dieta y la cantidad de energía (en forma de calorías) que se gasta durante las actividades físicas.

Algunas causas del sobrepeso son:

- Los factores genéticos y las alteraciones del metabolismo
- Una excesiva e incorrecta alimentación asociada a la falta de ejercicio (escaso gasto de energía)
- Los trastornos en la conducta alimentaria (ansiedad) Metabolismo demasiado lento

Algunos de los signos de sobrepeso u obesidad son:

- La ropa queda apretada y se empiezan a usar tallas más grandes. La báscula muestra que ha habido un aumento de peso
- Hay exceso de grasa en la cintura

EPIDEMIOLOGÍA

Las causas más frecuentes de mortalidad en individuos que presentan un IMC superior a 30 kg/m², se asocia con las enfermedades anteriormente citadas, pero en la actualidad los problemas relacionados con la infertilidad en edad reproductiva en ambos géneros, este factor se sitúa dentro de las complicaciones en las personas con IMC >30 kg/m².

La sintomatología o signos que experimentan las mujeres con obesidad son hirsutismo, ciclos anovulatorios, amenorrea, disminución de la fertilidad, menarca temprana o tardía y menopausia temprana e infertilidad.

La obesidad en hombre se relaciona con oligoesperma, impotencia y niveles bajos de testosterona, siendo aspectos que debilitan la reproducción sexual y la demografía se ve alterada por la alta incidencia de obesidad y sus consecuencias.

CLASIFICACIÓN

- Sobrepeso se considera el exceso de grasa subcutánea independiente de la zona de acumulación. IMC \geq 25- 29m².
- Obesidad tipo I se considera al exceso de masa corporal o porcentaje de grasa independientemente del sitio de acumulación. IMC \geq 30- 34.9m².
- Obesidad tipo II, se dice que es el exceso de grasa subcutánea en el tronco y el abdomen (androide). IMC \geq 35- 39.9 kg/m².
- Obesidad tipo III, exceso de grasa abdominal visceral y exceso de grasa en la región glútea y femoral (Ginecoide). IMC \geq 40 kg/m².

DIAGNÓSTICO

La principal reserva de energía del cuerpo es la grasa almacenada en forma de triglicéridos en los depósitos formados en el tejido adiposo procedente de la dieta, llegan al hígado formando parte de los quilomicrones y es la enzima LPL la que los extrae de la sangre, esta enzima hidroliza los triglicéridos a ácidos grasos libres y glicerina.