

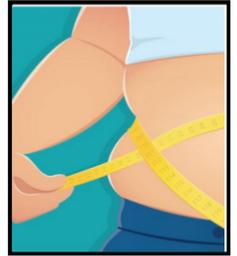


**UNIVERSIDAD DELSURESTE
CAMPUSTAPACHULA
LICENCIATURA EN NUTRICION
OCTAVO CUATRIMESTRE
PRIMER PARCIAL
SOBRE PESO Y OBESIDAD
DOCENTE:
STEFANY HERNÁNDEZ CRUZ
ALUMNA:
VALERY CONCEPCION CABRERA
CRISPIN**

SOBRE PESO Y OBESIDAD

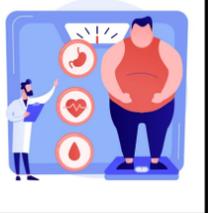
SOBRE PESO Y OBESIDAD

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. Su prevalencia no cesa de aumentar, habiéndose estimado que el aumento de IMC medio ha sido de 0,4 kg/m² por cada década desde 1980



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



La Norma Oficial Mexicana 008 del año 2010, la define como acumulación anormal y excesiva de grasa corporal. Ambas, se acompañan de alteraciones metabólicas que incrementan el riesgo para desarrollar comorbilidades tales como: hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo 2, enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, así como algunas neoplasias en mama, endometrio, colon y próstata, entre otras.



EPIDEMIOLOGÍA

De acuerdo con los resultados en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006 (ENSANUT) los datos de sobrepeso, reportaban una prevalencia mayor en hombres que en mujeres adultas: 37.4 por ciento de las mujeres y 42.5 por ciento de los hombres presentaba esta situación nutricia, con un promedio nacional de 40 por ciento. Sucede lo contrario en la categoría de obesidad, donde se encontraba que la proporción mayor es en las mujeres con 34.5 por ciento presentaban obesidad, y el 24.2 por ciento en los hombres se ubicaban en esta categoría, el promedio nacional es de 29.4 por ciento de personas obesas en México.



CLASIFICACIÓN DEL SOBREPESO Y OBESIDAD

- 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 DEL SOBREPESO Y OBESIDAD

El peso corporal se describe por la composición, utilizándose 2 compartimientos que divide el cuerpo en masa grasa, comprendiendo toda la grasa incluida la del encéfalo, esqueleto y tejido adiposo, y el otro compartimiento es la masa sin grasa, que se divide en agua, proteínas y componentes minerales y se utiliza como sinónimo de masa corporal magra, siendo está la parte del cuerpo que no tiene tejido adiposo, y está formada por los músculos esqueléticos, agua, los huesos y una pequeña cantidad de grasa esencial de los órganos internos, la médula ósea y tejido nervioso.

