



Nombre: Cristal Alejandra Hernández Roblero

Docente: Daniela Monserrat Méndez Guillén

Materia: Sobrepeso y Obesidad

Grado: Octavo

Grupo: A

Unidad 1: Situación de salud actual

Trabajo: Ensayo

Fecha: 19 de Enero de año 2025

Bibliografía: Antología de UDS (2025) de la materia de Sobrepeso y Obesidad, Unidad 1 “Situación de salud actual” Pág. 9-22

Introducción

Como ya se ha hablado anterior mente la obesidad y sobre peso son enfermedades que derivan de una mala alimentación o ya sea también el caso de alguna enfermedad crónica que se tenga, es de suma importancia prevenirla y controlarla ya que si estaríamos evitando en gran manera enfermedades derivadas de la misma.

El sobrepeso y la obesidad son condiciones de salud caracterizadas por un exceso de grasa corporal, que pueden afectar negativamente la salud y aumentar el riesgo de desarrollar diversas enfermedades crónicas. Ambas se definen generalmente a través del Índice de Masa Corporal (IMC), una fórmula que compara el peso con la altura de una persona.

El sobrepeso y la obesidad son condiciones de salud caracterizadas por un exceso de grasa corporal, que pueden afectar negativamente la salud y aumentar el riesgo de desarrollar diversas enfermedades crónicas. Ambas se definen generalmente a través del Índice de Masa Corporal (IMC), una fórmula que compara el peso con la altura de una persona.

Hace algunos años esta afección se determinaba mediante el índice Broca. Primero se calculaba el peso ideal de una persona según su estatura. A partir de la diferencia entre el peso real y el peso ideal se diagnosticaba el sobrepeso o la falta de peso.

Esta no sólo genera un impacto sobre la morbilidad, los adolescentes con exceso de peso se convierten a menudo en adultos obesos; las personas obesas tienen mayor riesgo de comorbilidades sino también puede en ocasiones limitar la vida de quien la padece y disminuir la esperanza de vida.

Según 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 nutricional, con un promedio nacional de 40 por ciento.

A largo plazo la obesidad tanto en hombres como mujeres se ha determinado que es más frecuente y tiene un efecto negativo en la función reproductiva femenina, la asociación más frecuente es el hiperandrogenismo en mujeres debido a que el tejido adiposo es un sitio activo de producción y metabolismo de esteroides.

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 clasificación del sobrepeso y la obesidad se realiza principalmente utilizando el Índice de Masa Corporal (IMC), que es una fórmula simple que relaciona el peso con la altura de una persona. Esta clasificación es ampliamente utilizada por organizaciones de salud como la Organización Mundial de la Salud (OMS) para evaluar el riesgo de problemas de salud asociados con el exceso de peso.

La clasificación según el IMC es la siguiente:

- **Bajo peso:** IMC menor de 18.5 kg/m², las personas con un IMC inferior a 18.5 se consideran bajo peso, lo que puede implicar desnutrición o problemas de salud relacionados con la falta de nutrientes.
- **Peso normal:** IMC de 18.5 a 24.9 kg/m², este rango se considera saludable, donde la probabilidad de desarrollar enfermedades relacionadas con el peso es baja.
- **Sobrepeso:** IMC de 25 a 29.9 kg/m², en esta categoría, las personas tienen un mayor riesgo de desarrollar enfermedades como hipertensión, diabetes tipo 2, problemas cardiovasculares, entre otros. Aunque no se considera obesidad, se requiere monitoreo y en algunos casos, cambios en el estilo de vida.
- **Obesidad clase 1:** IMC de 30 a 34.9 kg/m²
- **Obesidad clase 2:** IMC de 35 a 39.9 kg/m²
- **Obesidad clase 3 u obesidad mórbida:** IMC de 40 o más kg/m²

La obesidad en cualquiera de estas fases aumenta considerablemente el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas graves, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, ciertos tipos de cáncer, apnea del sueño y problemas articulares.

En si el diagnóstico para este tipo de comorbilidades se puede asociar a la valoración que se puede llegar a tener en ese momento dependiendo de la composición corporal y todo lo que conlleva, ya que como se comentó antes un tratamiento oportuno puede evitar una enfermedad de mayor gravedad y pueda llevar una mejor calidad de vida.

Conclusión

El diagnóstico del sobrepeso y la obesidad es un proceso integral que involucra la medición del IMC, la evaluación de la distribución de grasa corporal, análisis clínicos y de laboratorio, y la revisión de la historia clínica del paciente. Además de la evaluación física, es fundamental comprender el contexto de vida y los hábitos del paciente para ofrecer un enfoque de tratamiento adecuado y personalizado. Es importante que el diagnóstico se haga de manera completa, considerando todos los aspectos que pueden estar contribuyendo a estas condiciones y su impacto en la salud general.

Bibliografía

- Universidad del sureste, antología de obesidad y sobrepeso, 2025, pdf.