

OBESIDAD EXÓGENA

Dra Marlen Rivero González



La obesidad constituye un problema grave de salud a nivel mundial. Ha pasado de ser una enfermedad poco frecuente a ser una epidemia emergente y un problema globalizado con efectos inmediatos en la infancia y a su vez un problema de salud pública por tener a mediano plazo una comorbilidad de insulina resistencia, diabetes mellitus tipo 2 (DM2), infartos del miocardio, patología cardiovascular y otros efectos adversos.

Las alteraciones genéticas o endocrinas determinan cerca del 5 % de las causas de obesidad, y el 95 % restante aparece como consecuencia de factores exógenos o nutricionales, favorecidos por una predisposición genética

La población pediátrica tiene un riesgo aproximado del 9 % de desarrollar obesidad; si uno de los padres es obeso, el riesgo se incrementa entre 41 y 50 %; y si ambos lo son, aumenta a valores entre 69 y 80 %.

Actualmente se plantea que el origen de estos trastornos no está limitado por los genes heredados, la vida sedentaria o ambos. Resultados experimentales sugieren que la sobrealimentación e introducción temprana de suplementos alimentarios provenientes de alimentos ricos en carbohidratos (cereales, frutas) en los primeros meses de la vida postnatal pueden contribuir a la aparición de cambios metabólicos que se manifiestan posteriormente. De manera que los cambios en los hábitos alimentarios, el mayor incremento de comidas fuera del hogar, el aumento del poder adquisitivo de la población y el estilo de vida sedentaria son factores que pueden justificar un claro incremento de la prevalencia de la obesidad.

Un niño obeso tiene mayor probabilidad de llegar a ser un adulto obeso, situación que favorece y acelera la presentación de enfermedades crónicas no trasmisibles, como la DM2, las dislipidemias y la hipertensión arterial (HTA), componentes del síndrome metabólico descrito por Reaven en 1988, asociado a mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Las consecuencias de ser obeso pueden ser psicológicas y fisiológicas. Entre las primeras se encuentran la baja autoestima, deficiencia de rendimiento, y tendencia al rechazo social. Por otra parte, entre los problemas fisiológicos se encuentran las dificultades respiratorias, aumento de los niveles de colesterol, elevados niveles de insulina en la sangre, aumento de grasa circulante en la sangre, diabetes, problemas en el hígado, y aumento en la presión arterial; todo esto coadyuva a la disminución de la esperanza de vida. También se incluyen en la lista problemas ortopédicos tales como deformación de las extremidades (arqueamiento), o necrosis séptica de la cadera.

El incremento en la prevalencia de obesidad entre niños, adolescentes y adultos tanto en países desarrollados como en vías de desarrollo es alarmante. La prevención de obesidad debería ser una de las primeras prioridades de Salud Pública, con particular énfasis en estimular hábitos saludables de vida en todos los grupos etáreos, incluyendo específicamente niños y adolescentes.