

La obesidad se presenta como la nueva epidemia del siglo XXI

Considerada como enfermedad, es una de las principales causas de hipertensión en la actualidad

MARIANO LEAL HERNÁNDEZ
PROFESOR CÁTEDRA RIESGO
CARDIOVASCULAR-UCAM

La obesidad se entiende como un incremento de peso a expensas del tejido adiposo, que conlleva graves riesgos para la salud. La obesidad se asocia a numerosos factores, entre los que podemos destacar la edad (aumento hasta los 55 años en hombres y hasta los 70 en mujeres), sexo (más en mujeres a partir de los 50 años), nivel cultural (más obesidad a menor nivel cultural), ingresos económicos (a más ingresos menos frecuencia de obesidad), estado civil (más en casados), número de partos (más obesidad a mayor número de hijos), nutrición (consumo de grasas, exceso de alimentación), fármacos, etc.

El modo objetivo más utilizado para medir la obesidad es el Índice de Masa Corporal o Índice de Quetelec (IMC) que relaciona el peso con la talla y permite realizar comparaciones entre distintas poblaciones. Su fórmula es peso (Kg)/ altura (m)² y también tiene alguna limitación, como es no tener en cuenta la edad o el sexo. En la actualidad se define como peso saludable aquel que se asocia a una menor mortalidad evaluable y se sitúa entre 18,5 y 24,9 de IMC. Según el IMC la obesidad se puede clasificar del siguiente modo:

Se considera bajo peso por debajo de 18,5 de índice de masa corporal, normopeso, entre 18,5 y 24,9, sobrepeso grado I entre 25 y 26,9, sobrepeso grado II o preobesidad, entre 27 y 29,9 y obesidad grado I, entre 30 y 34,9, obesidad grado II, entre 35 y 39,9, obesidad grado III o mórbida, entre 40 y 49,9 y obesidad grado IV o extrema, más de 50.

La obesidad es demasiado frecuente en la población española presentando una prevalencia del



UN HOMBRE OBESO ENTENA CON SU BICICLETA POR LAS CARRETERAS. / L.V.

23,7 % en el total de la población española (18.3% en hombres y 27.4% en mujeres). La obesidad es más frecuente en Murcia, Albacete, León y algunas zonas de Andalucía o Canarias. Por tanto la obesidad es una epidemia de importante magnitud en la población ya que es tan frecuente como la hipertensión arterial o los trastornos del colesterol y triglicéridos. Nuestros datos son parecidos a las tasas de obesidad de la población americana que se sitúan en torno al 25 %, pero en la población

«Cambios alimentarios y sedentarismo contribuyen a su progresión previsible»

americana el número de obesos mórbidos y extremos es mayor. España, en el conjunto de los países europeos, se encuentra en una posición intermedia, entre los países con baja prevalencia de obesidad (Norte de Europa) y los de mayor prevalencia de obesidad como son los países del Este de Europa.

Por tanto no existen dudas de que la obesidad representa en España un problema de salud de primer orden. Entre el personal sanitario existe, en general, una conciencia generalizada acerca de la relación entre la obesidad y sus consecuencias a medio y largo plazo; sin embargo es llamativo que de los pacientes con obesidad que acuden a la consulta para una revisión, sólo el 35% reciben consejos de su médico para reducir peso. La prevención primaria de la obesidad debe ocupar un lugar destacado para los servicios sanita-

rios para evitar las importantes repercusiones sanitarias, sociales y económicas que conlleva su desarrollo.

Respecto a los problemas que ocasiona, la obesidad, se ha convertido tras el tabaquismo en la segunda causa de mortalidad evitable. Además la obesidad no sólo genera un impacto sobre la morbilidad, sino también sobre la calidad de vida de aquellos que la padecen. La calidad de vida del obeso está afectada en al menos cuatro aspectos:

1.- Problemas directamente relacionados con el exceso de grasa corporal, que condicionan tanto problemas físicos (alteración del rendimiento físico), como mentales (alteración de la autoestima, depresión) o sociales (alteración de la relación con los demás, integración social, relaciones sexuales, etc).

2.- Problemas relacionados con

«La obesidad aumenta el riesgo de cáncer en la mujer y en el hombre»

las complicaciones derivadas de la obesidad, como diabetes mellitus, hipertensión arterial o arteriosclerosis, artropatías, etc.

3.- Problemas relacionados con el riesgo de desarrollar complicaciones cardiovasculares ya que la obesidad se considera como factor de riesgo cardiovascular.

4.- Cambios en la calidad de vida relacionada con la salud ante los resultados de un tratamiento generalmente largo, de resultados lentos y con frecuentes recaídas.

Existe una mayor frecuencia de enfermedad cardiovascular, ya que la obesidad puede ocasionar por sí misma alteraciones en la estructura y función cardíaca. A nivel cerebrovascular la obesidad predispone al ictus isquémico, pero no al hemorrágico. Sobre el metabolismo predispone a diabetes mellitus, hipertrigliceridemia, aumento de colesterol e hipertensión arterial. Sobre el hígado se produce infiltración grasa del parénquima hepático y se predispone a colestasis. La función endocrina se altera disminuyendo los niveles de testosterona en el varón y produciéndose trastornos menstruales e infertilidad en la mujer. También se asocia a mayor riesgo de cáncer de endometrio, mama, ovario, cérvix, vesícula y vías biliares en la mujer. En el varón aumenta la incidencia de cáncer de colon, recto y próstata. Sobre el hueso aumenta la prevalencia de artrosis y disminuye la de osteoporosis. También disminuye la capacidad pulmonar y en la obesidad mórbida se produce apnea del sueño.



RED DE OFICINAS DE FARMACIA DE LA REGIÓN DE MURCIA
MÁS DE QUINIENTOS ESTABLECIMIENTOS A TU SERVICIO



...tu farmacia ...siempre contigo!