



8 PROBLEMAS DE SALUD RELACIONADOS CON LA OBESIDAD EN ADULTOS

Los adultos con obesidad tienen más probabilidades de desarrollar ciertos problemas de salud que los adultos que no la padecen, así lo advierte *Michigan Medicine* (Estados Unidos). Tales problemas incluyen los siguientes.

1. Enfermedad cardíaca y problemas cardiovasculares. Las personas con obesidad tienen un mayor riesgo de:

- Enfermedad cardíaca, que incluye enfermedad de las arterias coronarias, ataque cardíaco, insuficiencia cardíaca y latidos cardíacos anormales.
- Presión sanguínea elevada.
- Niveles altos de colesterol y triglicéridos en la sangre, así como niveles más bajos de colesterol HDL «bueno».
- Derrame cerebral

2. Diabetes

Los adultos con obesidad tienen más probabilidades de desarrollar resistencia a la insulina, lo que puede provocar diabetes tipo 2. El riesgo de diabetes tipo 2 aumenta a medida que aumenta el índice de masa corporal (IMC).

Las personas que tienen un gran porcentaje de grasa corporal en el área abdominal (una cintura de más de 102 cm en los hombres y más de 89 cm en las mujeres), tienen un mayor riesgo de padecer diabetes tipo 2, incluso si sus IMC se encuentran dentro del rango normal.

3. Cáncer. Las personas con obesidad tienen un mayor riesgo de contraer diferentes tipos de cáncer, que incluyen:

- Cáncer endometrial.
- Cáncer de mama después de la menopausia.
- Cáncer colonrectal.
- Cáncer de esófago.
- Cáncer de riñón.



8 PROBLEMAS DE SALUD RELACIONADOS CON LA OBESIDAD EN ADULTOS

4. Problemas digestivos. Las personas con obesidad pueden tener más problemas digestivos, entre ellos:

- Posibilidad de desarrollar cálculos biliares.
- Problemas hepáticos, como agrandamiento del hígado (hepatomegalia), hígado graso (esteatosis) o cirrosis.
- Síntomas de la enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE).

5. Problemas respiratorios. Las personas con obesidad pueden tener dificultad para respirar.

- Es más probable que tengan apnea del sueño.
- La obesidad está relacionada con una mayor prevalencia de asma.
- Las personas con obesidad tienden a respirar menos o de forma limitada (síndrome de Pickwickian). Es posible que estas respiraciones pequeñas y jadeantes no lleven tanto oxígeno a la sangre como sea necesario, dejándolas siempre cansadas. El síndrome de Pickwickian eventualmente puede provocar problemas cardíacos.

6. Artritis. Las personas con obesidad tienen un mayor riesgo de artritis. El exceso de peso ejerce más tensión en las articulaciones de lo normal, especialmente en las piernas y la zona lumbar.

7. Problemas de hormonas sexuales. La obesidad está relacionada con:

- Problemas para quedar embarazada (infertilidad).
- Períodos menstruales irregulares.
- Mayor riesgo de defectos congénitos, especialmente defectos del tubo neural.

8. Otros problemas

- Enfermedad del riñón

Vía: ClickISalud