



## 7 FACTORES DE RIESGO PARA DESARROLLAR OBESIDAD MÓRBIDA

La **obesidad clínicamente grave, u obesidad mórbida, puede incrementar el riesgo de desarrollar diversos problemas de salud.** Para un adulto, un médico puede clasificar la obesidad mórbida como un índice de masa corporal (IMC) de 40 o más.

Entonces, **un adulto que padece obesidad clínicamente severa o clase 3 es aquel que tiene un índice de masa corporal (IMC) de 40 o más** y un alto porcentaje de grasa corporal.

Recordemos que el IMC no es una herramienta de diagnóstico, pero puede determinar el riesgo de desarrollar varias enfermedades.

**Tener obesidad severa puede dificultar la realización de actividades cotidianas, como caminar, respirar y dormir.** Asimismo, puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y otras condiciones de salud.

**Ciertos factores pueden influir en el riesgo de desarrollar obesidad mórbida o de cualquier otra clase.** Por ejemplo:

1. Los **hábitos alimenticios** y los **niveles de actividad** pueden afectar los niveles de energía de una persona.
2. Las **condiciones socioeconómicas** pueden limitar el acceso a alimentos frescos y la capacidad para hacer ejercicio.
3. Los **factores genéticos** pueden desempeñar un papel.
4. Los **antecedentes familiares** pueden contribuir, tanto a través de factores genéticos como ambientales.
5. Algunas **condiciones médicas** poseen vínculos con la obesidad, incluyendo el síndrome de Cushing y el síndrome de ovario poliquístico.
6. El **estrés** y la **ansiedad** pueden aumentar los niveles de la hormona cortisol, que puede afectar el almacenamiento de grasa y el aumento de peso.
7. La **falta de sueño** puede contribuir.

CLICKISALUD