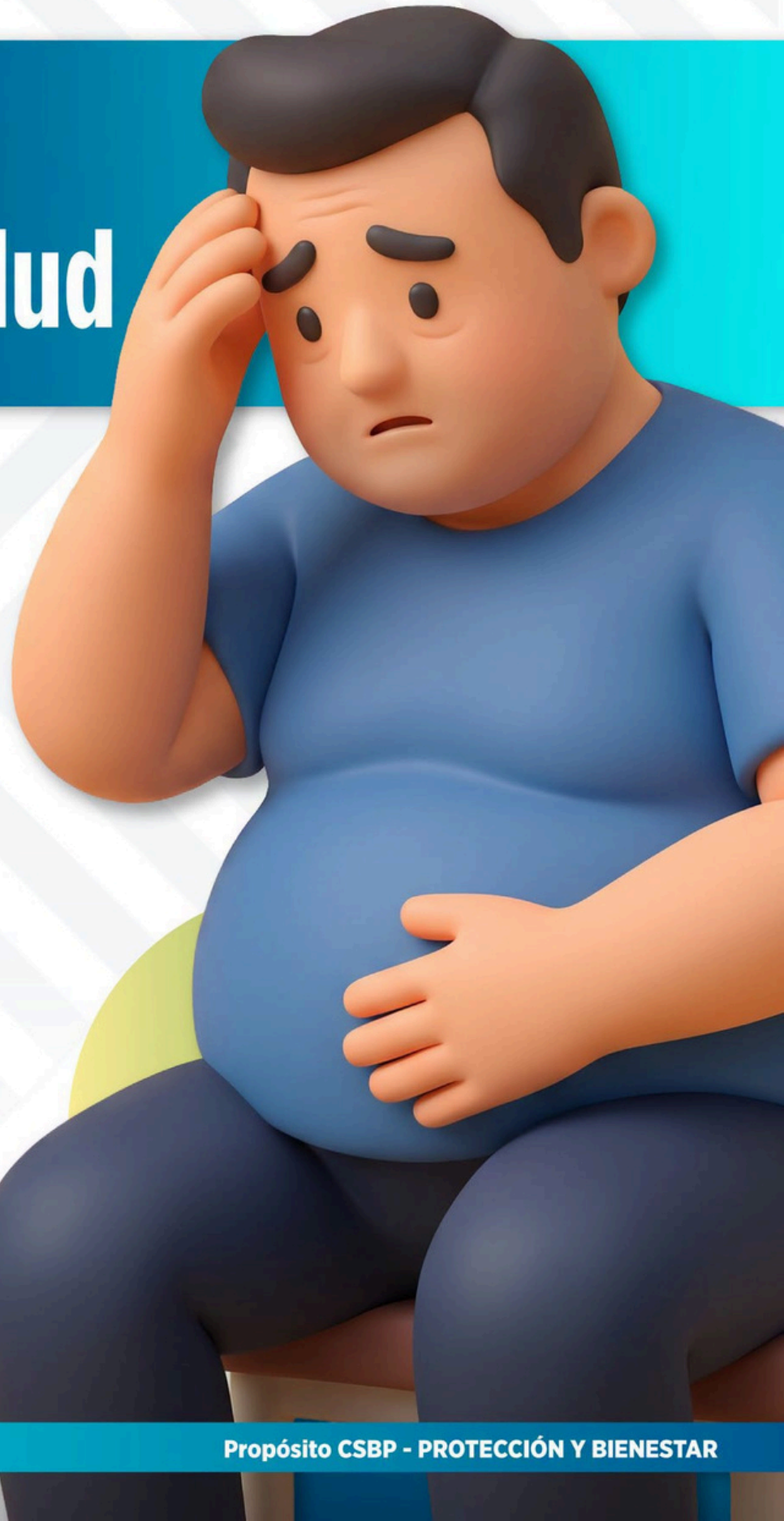
Caja de Salud
Banca Privada

Consecuencias de la obesidad sobre la salud



DEFINICIÓN DE OBESIDAD

La obesidad es una enfermedad crónica, progresiva y multifactorial caracterizada por el desequilibrio entre la ingesta y el gasto calórico, con acúmulo anormal o excesivo de grasa corporal que perjudica la salud.

Caja de Salud
Banca Privada

Factores de la obesidad



Sociales



Estilos de vida poco saludables



Sedentarismo



Psicológicos



Genéticos



Ambientales

Consecuencias

Puede desencadenar: Hipertensión arterial, Diabetes mellitus, Cálculos biliares, Insuficiencia cardiaca, Dolores articulares (columna, rodillas), Artrosis, Apnea del sueño, Síndrome metabólico, Alteraciones neurológicas (depresión, ansiedad), Hígado graso.

Caja de Salud
Banca Privada

Tratamiento



Alimentación saludable

Comer sano para tener un déficit calórico.



Actividad física

Todo ejercicio mejora la salud



Apoyo psicológico y conductual

Hablarlo y tener apoyo ayuda en una vida sana



Tratamiento farmacológico

Cumplir con tu tratamiento al pie de la letra

¡CUIDAR TU SALUD ESTÁ EN TUS MANOS!

Caja de Salud
Banca Privada

Realiza controles médicos constantes



DIAGNÓSTICO

El diagnóstico del sobrepeso y obesidad se efectúa midiendo el peso y la estatura de la persona y calculando el índice de masa corporal. Otras medidas como el perímetro de la cintura.

$$IMC = \frac{\text{Peso (en kilogramos)}}{\text{Estatura(en metros)}^2}$$