

De cerca

por Christine Gorman

Peligros ocultos de la obesidad

El exceso de peso altera la salud, a veces mediante mecanismos sorprendentes

En la actualidad se sabe que el sobrepeso aumenta el riesgo de padecer enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares y diabetes, y que la obesidad, definida como un peso superior al 20 por ciento del valor normal, resulta cada vez más frecuente. Según algunas estimaciones, en 2030 habrá en los Estados Unidos 65 millones de obesos más que hoy, lo que elevará en seis millones o más los casos de enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, y en ocho millones los casos de diabetes de tipo 2. Muchos médicos se han encontrado ya con familias en las que los abuelos están más sanos y viven más que sus hijos y nietos.

Por si esos datos alarmantes no bastaran, algunos estudios realizados durante los últimos cinco años han demostrado que los costes de la epidemia de obesidad van todavía más lejos. Diferentes investigaciones han confirmado que el exceso de peso puede incidir sobre la salud mental (al empeorar la depresión o la enfermedad de Alzheimer), sobre la salud sexual y reproductiva, y sobre la calidad de vida, especialmente a medida que se envejece. Se cree que quizás el 25 por ciento de algunas enfermedades graves, entre las que se incluyen el cáncer de colon, de riñón y de esófago, están provocadas por el aumento de las tasas de obesidad y la inactividad física.

Las consecuencias, como puede observarse en las imágenes realizadas por TheVisualMD.com y basadas en los últimos datos conocidos, ofrecen un «viaje anatómico» aleccionador sobre los efectos a largo plazo de la obesidad en el organismo.



Acidez: en 2005, un estudio realizado en 450 individuos reveló que los adultos obesos presentan una probabilidad dos veces y media superior de padecer acidez que los que mantienen un peso normal. La causa podría ser que la grasa visceral empuja al estómago hacia arriba en el tórax.

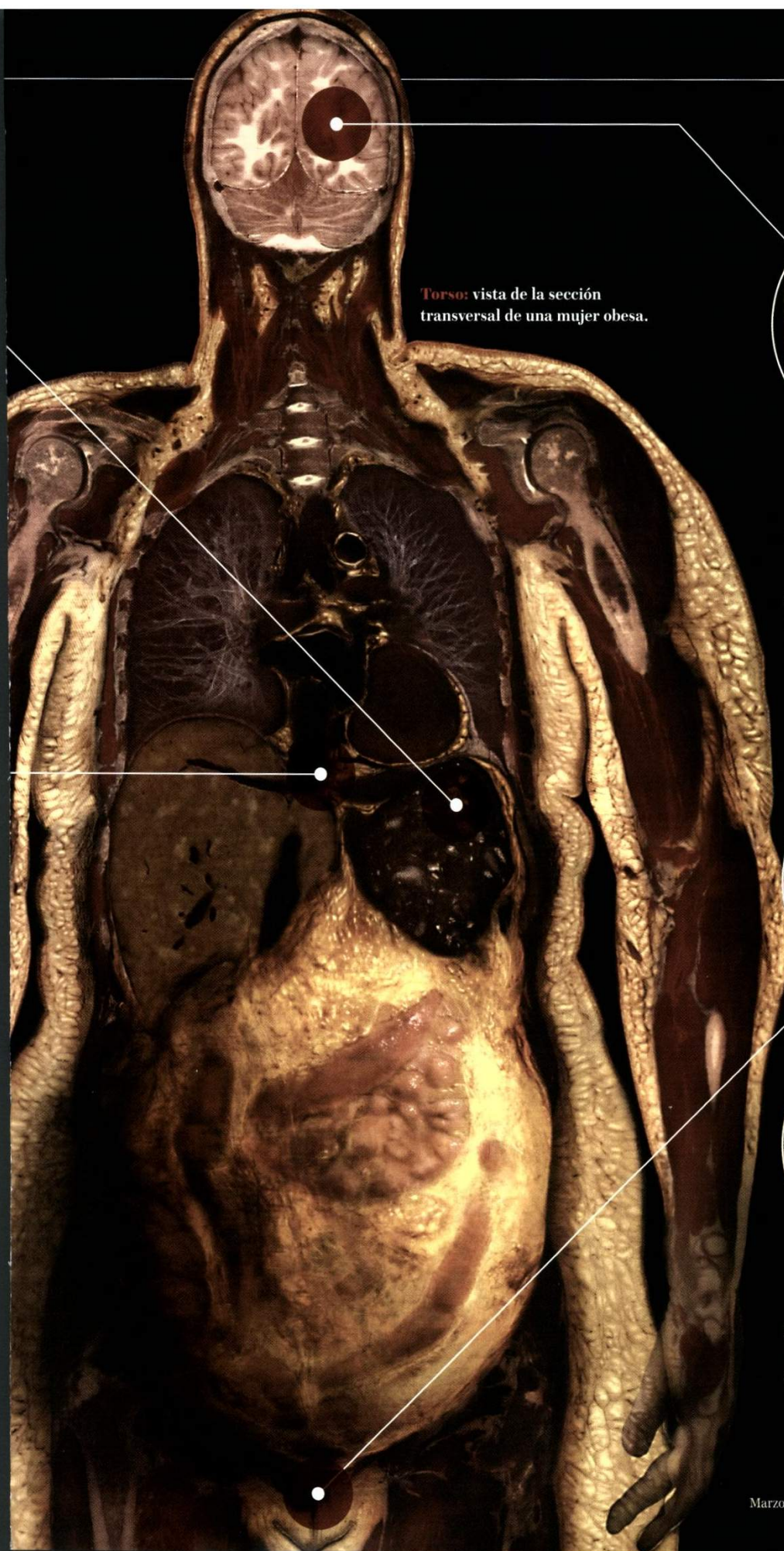


Respiración fatigosa: la grasa visceral, que rodea los órganos internos, conlleva más problemas que la subcutánea, situada debajo de la piel. En la imagen superior, la grasa visceral presiona sobre el diafragma desde abajo, lo que limita la respiración al disminuir la expansión de los pulmones (verde).



Dolor articular: los kilos de más producen una sobrecarga en las rodillas. En esta imagen, el daño articular (blanco) provoca dolor y una disminución de la movilidad de la rodilla.

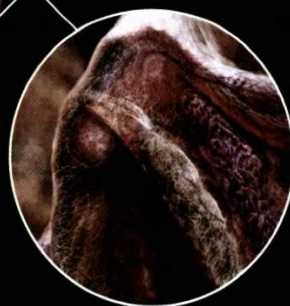
CORTESÍA DE THEVISUALMD.COM



Torso: vista de la sección transversal de una mujer obesa.



Depresión: una docena de estudios indican que la obesidad representa una causa importante de depresión, tal vez debido a una combinación de factores fisiológicos con la estigmatización social. Las neuronas de la imagen, de la corteza cerebral, se han reducido y deformado.



Disfunción sexual: ciertas sustancias inflamatorias liberadas por las células grasas pueden dañar las terminaciones nerviosas del pene (*arriba*) y alterar los vasos sanguíneos del clitoris (*abajo*), lo que impide la satisfacción sexual.