

## Revista de Endocrinología y Nutrición

Volumen **12**  
Volume

Suplemento **3**  
Suplemento

Octubre-Diciembre **2004**  
October-December

*Artículo:*

¿Qué es la obesidad?

Derechos reservados, Copyright © 2004:  
Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología, AC

Otras secciones de  
este sitio:

-  [Índice de este número](#)
-  [Más revistas](#)
-  [Búsqueda](#)

*Others sections in  
this web site:*

-  [Contents of this number](#)
-  [More journals](#)
-  [Search](#)



## Generalidades

# ¿Qué es la obesidad?

Eduardo García García

### INTRODUCCIÓN

La obesidad es una enfermedad compleja, por ello su definición ha sido un proceso difícil. Su evidente relación con el consumo de alimentos determinó que durante mucho tiempo fuera vista como un trastorno de conducta, existiendo una gran resistencia a considerar las múltiples alteraciones que le dan el carácter de enfermedad. Del conocimiento cada vez más preciso de lo que es la obesidad se ha derivado un modelo que explica su génesis y consecuencias. Las definiciones de la obesidad pasan por el análisis de la naturaleza, fisiopatogenia, posibilidades de prevención y tratamiento de esta enfermedad. Además, dan la pauta para comprender su heterogeneidad clínica.

### ALGUNAS DEFINICIONES

"Yo entiendo por obesidad ese estado de congestión grasosa en la cual sin que el individuo esté enfermo los miembros aumentan poco a poco de volumen y pierden su forma y armonía original. Hay un tipo de obesidad que se localiza en el vientre, yo nunca la he observado en las mujeres, como ellas tienen generalmente la fibra más suave, cuando la obesidad las ataca, ésta no respeta nada -ninguna parte del cuerpo-".

Brillant-Savarin (1755-1826)

"Para distinguir entre aquellos quienes son o no son obesos en el sentido de estar en riesgo en su salud, el método más simple es consultar las cartas de peso y talla normales".

Garrow JS

"La obesidad, como la mayoría de otros males crónicos del hombre, es un desorden multifactorial, i.e., hay un número de factores que influyen para que se desarrolle o no la obesidad o el aumento anormal de la grasa corporal."

George A. Bray

"La obesidad es un desorden metabólico caracterizado por un exceso de la grasa corporal. Esto distingue a la

obesidad del sobrepeso el cual se define como un exceso de peso en referencia con un estándar arbitrario, usualmente el peso deseable de acuerdo con las tablas de peso y talla. Un fisicoculturista estará probablemente en sobrepeso para su talla pero será muy magro y por lo tanto no obeso".

Amatruda JM & Linemeyer DL

"La obesidad o sobrepeso, es un factor de riesgo producto de un estilo de vida, que se asocia con un aumento en la morbilidad y mortalidad como consecuencia de enfermedades crónicas tales como enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes, problemas musculoesqueléticos y respiratorios."

World Health Report, 1977

"La obesidad incluyendo el sobrepeso como estado premórbido, es una enfermedad crónica caracterizada por almacenamiento excesivo de tejido adiposo en el organismo, acompañada de alteraciones metabólicas que predisponen a la presentación de trastornos que deterioran el estado de salud, asociada en la mayoría de los casos a patología endocrina, cardiovascular y ortopédica, principalmente; y relacionada a factores biológicos, socioculturales y psicológicos".

Norma Oficial Mexicana  
NOM-174-SSA1-1998, para el Manejo Integral  
de la Obesidad

"Es una enfermedad de etiología multifactorial de curso crónico en la cual se involucran aspectos genéticos, ambientales y de estilo de vida que conducen a un trastorno metabólico. Se caracteriza por un balance positivo de energía, que ocurre cuando la ingestión de calorías excede al gasto energético ocasionando un aumento en los depósitos de la grasa corporal y por lo tanto ganancia de peso".

Las distintas definiciones parecen poner el acento en distintos elementos de la obesidad. El acúmulo de grasa, su origen genético y ambiental, su impacto en la

morbilidad y mortalidad, las comorbilidades que la acompañan, las posibles opciones de tratamiento. En realidad todas las definiciones resultan complementarias y en conjunto reflejan el conocimiento de la enfermedad al que hemos llegado. Es importante mencionar que aquellas definiciones que ponen énfasis en los factores ambientales y en los estilos de vida desfavorables, resultan más acordes con las propuestas terapéuticas disponibles en la actualidad que tienen como común denominador la propuesta de un cambio en estilo de vida basado en ejercicio y una dieta adecuada a las necesidades del individuo. Por ello estas definiciones parecen más propicias para elaborar propuestas de prevención y tratamiento concretas. En cambio aquellas definiciones que enfatizan la complejidad de las alteraciones metabólicas que determinan la obesidad y los factores genéticos que subyacen en cada una de ellas, son más adecuadas para promover la investigación científica en la obesidad que para motivar al paciente obeso y a los médicos que le tratan.

### **¿CUÁLES SON LOS ELEMENTOS QUE ESTÁN PRESENTES EN LAS DEFINICIONES DE LA OBESIDAD?**

**Es una enfermedad crónica.** La construcción de esta afirmación ha sido un proceso que desde la perspectiva médica ha pasado por diferentes etapas. Durante mucho tiempo pareció haber una resistencia a considerar a la obesidad como una enfermedad. Los términos desorden, trastorno y alteración fueron con frecuencia utilizados. Esto ha sido desfavorable para alertar a los profesionales de la salud, a los pacientes y a la sociedad en general, sobre los riesgos que para la salud individual y para la salud pública tiene la obesidad.

La identificación clínica de las comorbilidades de la obesidad se inicia con la descripción de la asociación de la obesidad con patologías claramente identificadas tales como la gota, la hipertensión arterial, la diabetes mellitus, los problemas musculoesqueléticos, algunas enfermedades cardiovasculares, algunos tipos de neoplasias, etc. La epidemiología del padecimiento ha sido una piedra angular en este proceso al proporcionar elementos para establecer estas asociaciones como fenómenos frecuentes y permitir sopesar el impacto que la obesidad tiene en la morbimortalidad de distintas comunidades. En la actualidad se conocen las bases moleculares de fenómenos fisiopatogénicos presentes en el obeso tales como la resistencia a la insulina, la hipertensión arterial, el estado procoagulante, las alteraciones en la reproducción, la disfunción del eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal, etc.

**La obesidad es un padecimiento complejo.** En su génesis intervienen factores genéticos y ambientales. La naturaleza poligénica del factor genético y la complejidad del factor ambiental da como resultado que la expresión de la problemática biológica, psicológica y social de la obesidad sea heterogénea.

**Es heterogénea en cuanto a su expresión clínica.** Las distintas categorías diagnósticas de la obesidad afectan de distintas formas la salud del individuo. Además, en el caso particular de la obesidad, las características socio-culturales del individuo y su entorno dan lugar a percepciones diferentes de lo que en principio sería un problema biológico similar. Así, individuos que tienen sobrepeso u obesidad en grado I viven en busca de dietas y medicamentos antiobesidad. En ellos, inicialmente su "padecimiento" suele tener más impacto en lo psicológico y lo social que en lo biológico. Desafortunadamente, las dietas y consumo de fármacos no autorizados para el tratamiento de la obesidad pueden llevar al desarrollo de problemas orgánicos.

Por otra parte, individuos con obesidad que tiene evidentes repercusiones biológicas, pueden no buscar ninguna atención médica ante su incapacidad para ver toda su situación como una enfermedad.

Finalmente, aquellos individuos en los que el grado de obesidad es tan grande -obesidad mórbida- o bien en los que las comorbilidades son tan evidentes, la obesidad constituye de manera evidente una enfermedad. Sin embargo, la expresión de esta enfermedad también es muy heterogénea, particularmente en lo que toca a los aspectos psicológicos y sociales.

**Es un factor de riesgo para el desarrollo de numerosas comorbilidades.** En la actualidad éste es uno de los aspectos mejor caracterizados de la obesidad. El impacto en la morbimortalidad que tiene la conjunción de patologías es uno de los elementos que ha sido determinante para considerar a la obesidad como una enfermedad. (ver página S109, ¿Cuáles son las complicaciones médicas de la obesidad?).

**Es un problema de salud pública.** La obesidad es un problema de salud pública en proceso de expansión en todo el mundo. En México el aumento de su prevalencia ha sido más rápido que en otros países en vías de desarrollo. Las estadísticas disponibles muestran datos que parecen discordantes porque las metodologías de muestreo, así como los puntos de corte utilizados en distintos estudios han sido diferentes.

**Requiere de un tratamiento que incida sobre factores biológicos socioculturales y psicológicos que la determinan.** El haber alcanzado un modelo detallado de las interrelaciones que existen entre los distintos factores que determinan la obesidad, e incluso incluirlas en la definición misma del padecimiento permite

pasar a la elaboración de propuestas para la prevención y tratamiento de la obesidad tanto en el plano individual como en el social.

### **¿PARA QUÉ SIRVEN LAS DEFINICIONES DE LA OBESIDAD?**

Las definiciones alcanzadas de lo que es la obesidad parecen de gran utilidad. En particular las definiciones incluidas en la *Norma Oficial Mexicana NOM-174-SSA1-1998*, incluye los elementos necesarios para poder ser de utilidad tanto en los procesos educativos dirigidos a los pacientes y a la sociedad en general, como para que los profesionales de la salud orienten el estudio y tratamiento de sus pacientes.

### **LECTURAS RECOMENDADAS**

- Brillant-Savarin JA. *Physiologie du gout ou meditations de gastronomie transcendante, ouvrage theorique, historique et a l'ordre du jour, dedie aux gastronomes parisiens*. Paris: Sautetet et Cie, 1826.
- Garrow JS. Obesity: Definition, Assessment and Dietary Management. In: Grossman A. *Clinical Endocrinology*. England: Blackwell Scientific Publications, 1992: 857-862.
- Bray GA. Obesity. In: Greenspan FS, Strewler GJ. *Basic & Clinical Endocrinology*. USA: Appleton & Lange, 1997: 710-723.
- Amatruda JM, Linemeyer DL. Obesity. In: Felig P, Frohman LA. *Endocrinology & Metabolism*. USA: McGraw-Hill Inc., 2001: 945-991.