



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

FUNDAMENTOS

La obesidad es un trastorno metabólico y nutricional de serias consecuencias para la salud.

A pesar de existir un mejor conocimiento clínico y epidemiológico del problema, la prevalencia de la obesidad ha aumentado significativamente en países industrializados y en desarrollo.

Existen pautas estandarizadas para el diagnóstico clínico-nutricional y el tratamiento multifactorial de la obesidad con énfasis en la promoción de estilos de vida saludables que incluyan alimentación balanceada, mayor actividad física y disminución del sedentarismo.

Se reconoce el alto riesgo que representa la obesidad en la incidencia de varias enfermedades crónicas: hipertensión arterial, enfermedad isquémica coronaria, accidentes cerebro-vasculares, diabetes tipo 2 y ciertas formas de cáncer, que son causa importante de morbilidad y mortalidad en los países del hemisferio occidental.

El ser humano tiene mayor riesgo de volverse obeso cuando la población dispone de gran variedad de alimentos, incluyendo los de proceso industrial, y la vida se hace más fácil, mecanizada y ociosa. Estos cambios en los estilos de vida propician el sedentarismo y, a su vez, el desequilibrio entre la energía que se ingiere y el gasto calórico necesario para satisfacer las necesidades metabólicas, termogénicas y de actividad física.

Un desequilibrio calórico excesivo y sostenido ocasiona incremento exagerado de peso y depósito de grasa y como consecuencia la obesidad, que es uno de los factores más importantes de riesgo para la salud, tanto en la población de países industrializados como en el mundo en desarrollo.

La obesidad tiene múltiples causas y su desarrollo es el resultado de una compleja interacción de factores genéticos, psicológicos, socioeconómicos y culturales. Por las características genéticas, los factores ambientales que determinan la forma como se procesan y consumen los alimentos y el grado de actividad física, las diferencias en la susceptibilidad de padecer obesidad son peculiares para cada persona y grupo social. Es una enfermedad crónica multifactorial compleja que se desarrolla por la interacción del genotipo y el medio ambiente.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

El conocimiento sobre cómo y por qué se produce la obesidad es aún incompleto, pero está claro que el problema tiene su raíz en factores sociales, culturales, de comportamiento, fisiológicos, metabólicos y genéticos.

De hecho, la obesidad es un problema de desequilibrio de nutrientes, que se traduce en un mayor almacenamiento de alimentos en forma de grasa, que los requeridos para satisfacer las necesidades energéticas y metabólicas del individuo. Comparativamente, las personas obesas ingieren más energía con los alimentos que las personas delgadas.

La obesidad resulta cuando se aumenta el tamaño y el número de las células grasas (adipocitos) de una persona.

Cuando una persona comienza a perder peso, las células grasas disminuyen de tamaño pero el número se mantiene constante, lo cual explica la dificultad de bajar en forma permanente el peso excesivo.

Por tal motivo es de suma importancia salir del sedentarismo y realizar actividades físicas promoviendo su práctica continuada un cambio a un estilo de vida saludable.

Es de destacar que en este marco se inscribe la actividad organizada por Fundación ALCO Filial Viedma a realizarse en la ciudad de Viedma, capital de la Provincia de Río Negro el día 03 de noviembre del corriente año. La misma cuenta con la colaboración de integrantes del programa Encaminando la Vida, perteneciente al Ministerio de Salud de la Provincia de Río Negro y la Asociación de Nutricionistas de nuestra provincia.

Por ello:

Autor: Susana Josefina Holgado



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO D E C L A R A

Artículo 1°.- De interés sanitario y social la Conferencia y Caminata Saludable organizada por Fundación ALCO Filial Viedma a realizarse en la ciudad de Viedma, capital de la Provincia de Río Negro el día 03 de noviembre del corriente año. La misma cuenta con la colaboración de integrantes del programa Encaminando La Vida, perteneciente al Ministerio de Salud de la Provincia de Río Negro y la Asociación de Nutricionistas de nuestra provincia.

Artículo 2°.- De forma.