



12 COMPLICACIONES Y RIESGOS ASOCIADOS A LA OBESIDAD

1. EN CHILE UNA DE CADA TRES PERSONAS MAYORES SUFRE DE OBESIDAD

La obesidad un problema de salud pública preocupante que ha ido en aumento. Muchas personas mayores además de tener un alto porcentaje de grasa corporal tienen una baja cantidad de masa muscular (conocida como sarcopenia). La combinación de ambas agrava aún más las complicaciones de salud. Es por esto que a continuación se presentan 12 complicaciones de la obesidad que afectan a personas y que hay que tener presente para consultar oportunamente con el médico tratante.

2. LISTA DE 12 COMPLICACIONES QUE AFECTAN A PERSONAS CON OBESIDAD

1. Fallas de memoria y demencia
2. Problemas para dormir como ronquidos y apneas
3. Mayor riesgo y peor control de la diabetes.
4. Mayor riesgo y peor control de la hipertensión arterial.
5. Artrosis y dolores articulares (rodillas, caderas, etc.)

6. Mayor probabilidad de colesterol elevado.
7. Riesgo de infartos cardiacos.
8. Riesgo de accidentes vasculares cerebrales.
9. Mayor probabilidad de cáncer de mama y colon.
10. Déficit de vitaminas
11. Mayor riesgo de caídas y fracturas.
12. Menor autonomía y peor calidad de vida.



Es muy importante que chequee periódicamente su peso con su médico tratante. En caso de sufrir obesidad, debe iniciar lo antes posible el tratamiento adecuado para así evitar estas complicaciones, tener independencia y una mejor calidad de vida.