

Sobrepeso y

La epidemia

CONTROL & PREVENCIÓN

DIABETES

CONSEJO EDITORIAL
EDITOR EN JEFE
Iván Darío Escobar

EDITORES ASOCIADOS
William Kattah
Alvaro Fortich
Liliana Orozco

COMITÉ EDITORIAL NACIONAL
Ofelia Vélez
Iván Duque
Antonio de Armas
Edgar Arcos
Eduardo José Fajardo

DIRECCIÓN Y COORDINACIÓN EDITORIAL
Ana Beatriz Rossi

DISEÑO E IMPRESIÓN
Papel House Group

Diabetes, Control & Prevención es una publicación periódica de la Federación Diabetológica Colombiana (FDC) que tiene como objetivo brindar educación a las personas con diabetes, al público en general, y a los profesionales de la salud.

Se autoriza la reproducción parcial o total de los contenidos de Diabetes, Control & Prevención con la única obligación de dar crédito a su origen.

Su distribución es gratuita gracias a los aportes de los miembros corporativos de la FDC y a las empresas que pagan los espacios de publicidad.

El consejo editorial selecciona los artículos enviados para su publicación; sin embargo, su contenido es responsabilidad del autor. Igualmente se reserva el derecho de aceptar o rechazar las diferentes pautas publicitarias propuestas.

Usted puede consultar el contenido de este ejemplar y otros asuntos de interés para la persona con diabetes y los profesionales de la salud en nuestra página web: www.fdc.org.co y enviar sus aportes, cartas al editor o sugerencias a:

A.A. 350662 de Bogotá
E mail: fediacol@cablenet.co
Fax: 6371775 de Bogotá

La Federación Diabetológica Colombiana agradece a sus miembros corporativos los aportes económicos que hacen cada año porque con ellos podemos realizar diversas actividades, entre ellas, la publicación de Diabetes, Control & Prevención.

Los actuales miembros corporativos de la FDC son:
Abbott, Aventis, Bayer, Eli Lilly, Euroetika, Johnson & Johnson, Merck Colombia, Metlen Pharma, Pfizer, Roche, Merisant Colombia, Recommox, Merck, Sharp & Dohme, GlaxoSmithKline y Garmisch Pharmaceutical.

Por: Dr. William Kattah, presidente
Federación Diabetológica Colombiana

El Siglo XXI es testigo de la epidemia más grande en la historia de la humanidad: El sobrepeso y la obesidad.

El sobrepeso y la obesidad son enfermedades multifactoriales caracterizadas por el aumento excesivo de grasa en el cuerpo suficiente para producir deterioro en el estado de salud de una persona; son muchos los factores que la determinan, como los estilos inadecuados de vida, en especial con lo referente a los malos hábitos alimentarios y al incremento del sedentarismo.

La ingesta de comidas "densas", con alto contenido en carbohidratos y grasas, de rápida preparación y muchas veces de bajo costo, sumado al arraigado sedentarismo de la población en las áreas urbanas, a la disminución de las horas de práctica de actividad física desde períodos tan tempranos en la vida de una persona como en la infancia son determinantes en el incremento de peso.

Dentro de los diversos tipos de obesidad la central, es la que genera mayores repercusiones en la salud de la persona por su alta relación con el desarrollo de aterosclerosis y enfermedades cardiovasculares. Es conocida como obesidad tipo manzana y fácilmente determinada mediante la medición de la cintura abdominal por encima de 102 cm en hombres y 88 cm en mujeres. Este tipo de obesidad junto con la hipertensión arterial, el aumento de los triglicéridos, la disminución de los niveles de colesterol HDL y la intolerancia a los carbohidratos conforman el síndrome metabólico que determina en alto grado el desarrollo de enfermedad coronaria.