

# Aspectos psiquiátricos de la obesidad en niños y adolescentes

**Ingrid Casas Dolz, MD**

Psiquiatra de Niños y Adolescentes y Psiquiatra General  
Presidenta, Asociación Puertorriqueña de Psiquiatras de Niños y Adolescentes  
Catedrática Auxiliar, Escuela de Medicina, UPR

**Hoy en día, la obesidad se ha convertido en un serio problema de salud pública en muchos lugares. Desde 1980, la prevalencia de obesidad en niños y adolescentes ha aumentado considerablemente en los Estados Unidos, donde el costo anual por la obesidad se estima en alrededor de \$100 billones de dólares. Según datos de CDC (Centers for Disease Control and Prevention), cerca del 17% de los niños y adolescentes de 2 a 19 años de edad son obesos (National Health and Nutrition Examination Survey, 2008).**

La obesidad es una de las condiciones médicas más fáciles de reconocer, pero más difíciles de tratar. Se define, en general, como un índice de masa corporal (BMI) mayor al percentil 95 para la edad y el sexo. Usualmente comienza entre los 5 y 6 años de edad o durante la adolescencia. Los estudios demuestran que los niños obesos tienden a convertirse en adultos obesos, a menos que adopten y mantengan estilos más saludables de alimentación y ejercicio.

## Causas y factores relacionados

La obesidad es una condición multifactorial que resulta de la interacción entre los genes, el desarrollo y el ambiente. Así, sus causas incluyen factores genéticos, biológicos, conductuales y culturales. Si bien algunos desórdenes médicos pueden causar la obesidad, menos del 1% de todos los casos son ocasionados por enfermedades físicas.

Usualmente, la obesidad en los niños y adolescentes está relacionada con:

- Pobres hábitos de alimentación;
- Comer en exceso o perder la capacidad de terminar de comer: atracones (binges);
- Falta de ejercicio, disminución en actividad física;
- Historial familiar de obesidad;
- Condiciones médicas (problemas endocrinológicos, neurológicos);

- Medicamentos (esteroides, algunos psicotrópicos como antipsicóticos, estabilizadores de ánimo y antidepresivos);
- Estresores psicosociales (pérdidas, separaciones, divorcio, mudanza, muerte, maltrato, abuso, negligencia, problemas familiares); y
- Baja autoestima, depresión, ansiedad.

## Consecuencias médicas y psicosociales

La obesidad tiene múltiples consecuencias médicas y psicosociales a corto y a largo plazos. Entre las consecuencias médicas, se encuentran la enfermedad cardiovascular, los problemas endocrinológicos, pulmonares, gastroenterológicos, neurológicos, ortopédicos, el cáncer y la muerte. Además de todas estas complicaciones físicas, los niños y adolescentes obesos tienen mayor riesgo de presentar consecuencias emocionales y psicosociales como:

- El discrimen y el estigma;
- La burla y/o el acoso (*bullying*);
- Aislamiento social;
- Baja autoestima y concepto negativo de la imagen corporal;
- Menor nivel de escolaridad;
- Disminución en tasas de matrimonio;
- Menor estatus socioeconómico;
- Trastornos psiquiátricos: depresión mayor, ansiedad, trastorno obsesivo compulsivo, trastornos alimentarios (anorexia nervosa, bulimia nervosa).

## Clasificación

A pesar de que comer en exceso (*overeating*) resulta en obesidad y tiene un alto costo emocional y social, no está clasificado como un trastorno psiquiátrico. La Clasificación Internacional de Enfermedades (ICD) cataloga la obesidad como una condición médica general. El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV) tampoco categoriza la obesidad como un trastorno psiquiátrico “porque no se ha establecido que la obesidad esté consistentemente asociada con un síndrome psicológico o de comportamiento” (*American Psychiatric Association, 1994*).

## Tratamiento

Los niños y adolescentes obesos necesitan una evaluación médica completa para descartar una causa física. En ausencia de una enfermedad, la única manera de perder peso es reduciendo el número de calorías consumidas y aumentando el nivel de actividad física. Debido a que, con frecuencia, la obesidad se convierte en un problema para toda la vida y con serias consecuencias físicas y psicosociales, es sumamente importante que se establezca un programa de control de peso que involucre activamente a los padres o cuidadores.

Cuando un niño o adolescente con obesidad presenta también problemas emocionales, el psiquiatra de niños y adolescentes trabaja en conjunto con el médico primario y un equipo interdisciplinario para desarrollar un plan de tratamiento integral. Para que este plan sea exitoso y duradero, se deben incluir metas realísticas de pérdida de peso, manejo de dieta y actividad física, plan de modificación de conducta y la participación de toda la familia.

## Comentario

La obesidad es un serio problema de salud pública que afecta también a niños y adolescentes. A ellos se les debe ofrecer un tratamiento integral, que incluya una evaluación médica cuidadosa en la cual se tomen en cuenta aspectos relacionados con el comportamiento, con los factores desencadenantes y coadyuvantes y también con las repercusiones de la obesidad sobre la salud y el bienestar mental. 

## NUEVOS SERVICIOS PARA ADOLESCENTES



Ahora los **ADOLESCENTES del Área Sur** cuentan con **Panamericano Ponce** para recibir toda la ayuda que necesitan para su salud emocional.

Si conoces algún adulto o adolescente que se sienta sin esperanzas ante problemas familiares, lo angustien las presiones de la vida o esté viviendo con una tristeza profunda, los podemos ayudar.

### Brindamos:

- *Evaluación inicial, libre de costo, por un profesional de salud mental*
- *Psiquiatras, psicólogos, trabajadores sociales y consejeros expertos en manejo de adolescentes y familias*
- *Terapias individuales, grupales y familiares*
- *Manejo de conductas adictivas, mediación de conflictos y prevención de recaídas*
- *La confianza del Hospital Panamericano, con más de 25 años de experiencia ayudando a cambiar la vida de miles de personas*

Panamericano Ponce  
(Servicios Ambulatorios)  
(787) 284-5093  
Santa María Office Building  
Calle Ferrocarril, Suite #4

Panamericano Ponce  
(Hospitalización para Adultos)  
(787) 842-0047  
Piso 8 Hospital Damas

