

# 5. Factores de riesgo de obesidad

Las evidencias actuales ponen de manifiesto la importancia que tienen en la aparición y desarrollo de este problema de salud di-

versos factores y situaciones, por tanto se deben identificar desde los primeros contactos con los servicios de pediatría.

## FACTORES GENÉTICOS Y SOCIODEMOGRÁFICOS

- **Factores genéticos** su influencia supone una moderada heredabilidad, estimada en un 5%<sup>11,12,13</sup>
- **Antecedentes de obesidad de los progenitores**<sup>14</sup>
  - En uno de los progenitores el riesgo se multiplica por tres, en los dos se multiplica por diez.
  - Si ambos progenitores son obesos, el riesgo relativo máximo será para los hijos varones.
- **Nivel socioeconómico y cultural**
  - El nivel socioeconómico bajo es generalmente un factor de riesgo de obesidad<sup>14</sup>
  - La prevalencia de obesidad infantil es superior en familias con nivel socioeconómico y educativo bajo<sup>6,15</sup>

## FACTORES DE RIESGO SEGÚN ETAPA DE DESARROLLO

### EN LA GESTACIÓN Y LACTANCIA

- **Obesidad preconcepcional y/o aumento ponderal de la madre en el embarazo superior a 15 Kg.**<sup>16,17,18</sup>
- **Peso al nacer superior a 4Kg:** Existe relación positiva entre macrosomía y el desarrollo de obesidad en la infancia y edad adulta.<sup>14</sup>
- **Bajo peso para la edad gestacional:** cuando haya bajo peso para la edad gestacional y un rápido incremento de peso en el primer año de vida, se observa un mayor riesgo metabólico y de desarrollo de obesidad en la edad adulta.
- **Incremento desproporcionado de peso respecto de la talla en los dos primeros años de vida.**<sup>19,20,21</sup>

- **Tabaquismo materno:**
  - Durante el embarazo es un factor de riesgo para el posterior desarrollo de sobrepeso y obesidad en la infancia y adolescencia;<sup>22</sup>
  - La exposición ambiental al humo de tabaco, tanto durante la gestación como después del nacimiento, constituye un factor de riesgo cardiovascular para la descendencia.<sup>23</sup>

#### EN EL PERIODO PREESCOLAR

- **Rebote adiposo precoz antes de los 5 años** conduce a una elevación más rápida del IMC y se asocia a un mayor riesgo de obesidad en la edad adulta.<sup>3,24</sup>  
*El rebote adiposo es el segundo aumento en adiposidad, medido en IMC, que se produce entre los 5 y los 7 años, inmediatamente después que el IMC alcanza el punto más bajo de la curva.*<sup>25</sup>

#### EN EL PERIODO ESCOLAR Y ADOLESCENCIA

- Aumento rápido de más de 2 Unidades de IMC anual, a partir de los 8 años.<sup>26</sup>
- Menárquia precoz<sup>27</sup>, ovario poliquístico<sup>28</sup> e hiperandrogenismo.

#### ESTILO DE VIDA

- Alimentación inadecuada.<sup>6, 26</sup>
- Inactividad o escasa actividad física.<sup>26</sup>
- Menor número de horas de sueño según las recomendaciones por edad.<sup>6,29,30,31,32</sup>

#### FÁRMACOS INDUCTORES DE OBESIDAD

- Corticoides sistémicos. Ácido valproico. Antidepresivos. Anticonceptivos.<sup>33</sup>