

La obesidad en las personas con síndrome de Down

La mitad de las personas con síndrome de Down tienden a ser obesas

- En España la prevalencia de la obesidad es del 14,5%. Hemos pasado en dos décadas del 5% al 16% de niños obesos y somos el segundo país europeo con mayor tasa de obesidad infantil.
- Estas cifras de prevalencia de obesidad aumentan en las personas con síndrome de Down, ya que si hacemos una observación continuada no queda duda que la mitad de las personas con síndrome de Down tienden a ser obesas.

Consecuencias

Las consecuencias de la obesidad en las personas con síndrome de Down son:

- Los mismos riesgos en la salud que la población en general (riesgo cardiovascular, hipertensión, aumento del colesterol, artritis etc.)
- La incidencia en otras patologías asociadas al síndrome de Down (cardiopatías congénitas, obstrucción en las vías respiratorias, malformaciones digestivas, celiaquías etc.).
- Las consecuencias negativas en sus niveles de autonomía, integración social y estado emocional, que hacen que personas obesas con síndrome de Down tiendan al sedentarismo y a la mala alimentación, convirtiéndose en un círculo vicioso que acrecienta su problemática.

La obesidad tiene por tanto mayores consecuencias en el estado de salud de las personas con síndrome de Down, que en la población en general.

Causas

En lo que respecta a las causas de la obesidad en las personas con síndrome de Down son tanto genéticas, como ambientales.

- Los factores genéticos que condicionan la obesidad de las personas con síndrome de Down son al parecer la disminución del índice metabólico-capacidad para quemar o gastar el material energético que se aporta en los alimentos- y la mayor incidencia de hipotiroidismo.
- Pero también existen factores ambientales que condicionan en mayor medida la obesidad: alimentación insana, sedentarismo y falta de controles de salud.

No podemos incidir sobre los factores genéticos, pero si sobre aquellos factores ambientales que condicionan la obesidad. Por ello se deberán impulsar medidas de fomento de hábitos de vida saludable, que favorezcan el estado de salud y la esperanza de vida de las personas con síndrome de Down.