

# Calidad de vida y obesidad central en mujeres afrocolombianas

Álvaro Monterrosa Castro

Docente de la Facultad de Medicina  
Universidad de Cartagena

El Grupo de Investigación Salud de la Mujer de la Universidad de Cartagena, por medio del Proyecto de Investigación Calidad de Vida en la Menopausia y Etnias Colombianas (CAVIMEC) ha realizado un estudio en mujeres afrodescendientes colombianas para observar el efecto de la obesidad central en los síntomas de la menopausia y en la calidad de vida de mujeres en edad media.

El estudio centra su importancia en el hecho que la obesidad es un problema creciente en todo el mundo con importante impacto negativo en varias condiciones humanas, especialmente la calidad de vida. Es tal la presencia de la obesidad que más de 1.600 millones de adultos tienen un peso por encima de lo normal, dentro de los cuales más de 300 millones de hombres y cerca de 500 millones de mujeres están en condición de obesidad. Y un interesante porcentaje tiene obesidad mórbida o grave que se constituye en importante factor asociado al riesgo de muerte a temprana edad.

La obesidad es creciente y afecta a prácticamente todos los países del mundo, por lo cual es considerada un problema de salud pública. Pese a numerosas campañas universales, especialmente las referentes a los hábitos alimentarios, la presencia de la obesidad en general y específicamente la obesidad central están en constante crecimiento.

La encuesta Nacional de Demografía y Salud de Colombia estimó que en el año 2005, el 49.6% de la mujeres de 18-64 años, no embarazadas, presentaban sobrepeso u obesidad, cifra que se incrementó al 68.4% en la encuesta del año 2010. Esas cifras ameritan acciones y programas de educación, campañas de atención primaria en salud con miras a colocar en marcha planes de medicina preventiva así como labores de rehabilitación, para reducir los riesgos de enfermedad que se derivan de la obesidad.

Existen varias formas para establecer la presencia de obesidad, siendo una de las más importantes, la identificación de la obesidad central. Ella se establece realizando medición del perímetro de la cintura a nivel de la cicatriz umbilical.



■ La grasa dentro del abdomen es metabólicamente más activa que la grasa de la periferia y se ha observado que a mayor grasa abdominal se aumentan el riesgo para muchas enfermedades, sobre todo las cardiovasculares como la hipertensión arterial, el infarto del corazón, las hemorragias y las trombosis cerebrales.

Se considera que en las mujeres existe obesidad central, cuando la medición del perímetro abdominal es superior a 88 centímetros. Una medición de perímetro abdominal superior a 100 centímetros en el varón también define la existencia de obesidad central. No obstante recientemente se están realizando propuestas para considerar obesidad central con mediciones inferiores.

El perímetro abdominal permite identificar el contenido de grasa en el abdomen, o sea alertar sobre la acumulación de células de grasa a nivel visceral. Establecer la obesidad central es muy importante ya que la grasa abdominal es mucho más dañina que la grasa periférica, la cual se logra establecer por el peso y otros cálculos como el índice de masa corporal.

La grasa dentro del abdomen es metabólicamente más activa que la grasa de la periferia y se ha observado que a mayor grasa abdominal se aumentan el riesgo para muchas enfermedades, sobre todo las cardiovasculares como la hipertensión arterial, el infarto del corazón, las hemorragias y las trombosis cerebrales. También se aumenta el riesgo de diabetes y todas sus consecuencias.

En Colombia se ha señalado que la proporción de obesidad central aumenta con la edad, cambiando desde el 62.0% en población de 40-49 años al 86.4% en el rango 50-64 años. Ello debe ser una situación a tener en cuenta por los profesionales de la salud, los entes gubernamentales e incluso por la población en general.

**La obesidad central se asocia a peor calidad de vida y mayor insomnio en mujeres afrocolombianas que están en climaterio**

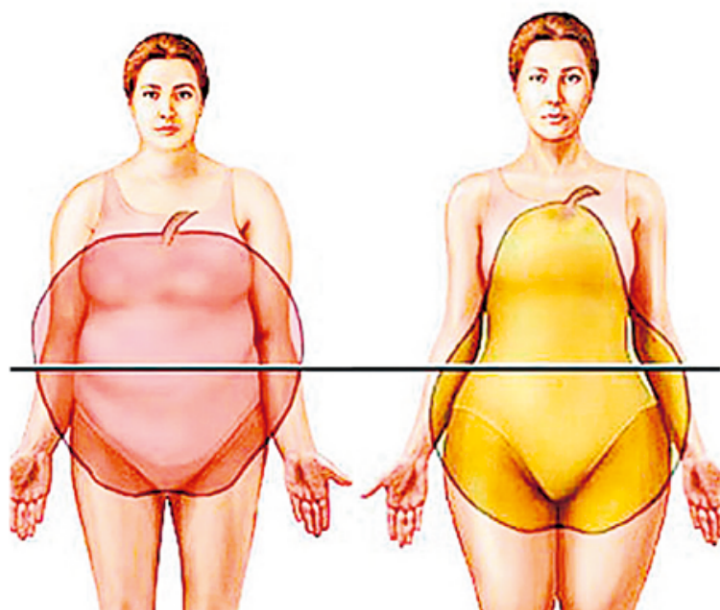
Es importante el estudio de las mujeres en el rango 40-59 años, conocida también como la etapa del climaterio, que llevan en su interior a la menopausia, que es la presentación de la última menstruación. Existe llamamiento a nivel internacional para estudiar diferentes eventos o situación de enfermedad que contribuyen al daño de la calidad de vida de las mujeres que se encuentran en esta etapa vital. El estudio fue realizado en 461 mujeres que participaron

voluntaria y de forma anónima, que se auto reconocieron como afrodescendientes, hijas de padre y madre de raza negra, residentes en municipios colombianos que son considerados asentamiento de descendientes de esclavos africanos traídos durante la época de la colonia.

Las mujeres identificadas, invitadas a participar, fueron encuestadas puerta a puerta en sus viviendas, por visita realizadas por profesionales capacitados. Encontraron los autores del Grupo de Investigación Salud de la Mujer, que la mitad de las mujeres a estudiar tenía sobrepeso y el 23% obesidad. El promedio del perímetro abdominal para todas las mujeres estudiadas fue de 83 centímetros.

De las 461 participantes, a 161 (34.9%) se les encontró obesidad central mientras que 300 (65.0%) no la presentaban. Debe considerarse preocupante que prácticamente una de cada tres mujeres afrocolombianas estudiadas, que estaban en etapa del climaterio, con edad promedio de solo 50 años, presentasen obesidad central, lo cual las coloca en condiciones de riesgo cardiovascular.

El síntoma menopáusico más frecuente en la población de



■ El perímetro abdominal permite identificar el contenido de grasa en el abdomen, o sea alertar sobre la acumulación de células de grasa a nivel visceral.

estudio fueron las oleadas de calor, seguido de los problemas músculo articulares y el agotamiento físico y mental. Se observó ese mismo orden tanto en mujeres con obesidad central como en las que no tenían. El estudio señala que la presencia de los síntomas menopáusicos es igual tanto en mujeres que tienen obesidad central como las que no tienen. No se encontraron diferencias en once síntomas menopáusicos evaluados y comparados entre las mujeres con obesidad central y sin obesidad central. Pareciera que la presencia de síntomas menopáusicos no se altera por la presencia de obesidad central. Se encontró correlación positiva débil entre obesidad central y estado de ánimo depresivo, lo cual debe alertar a que el incremento en la medición del perímetro abdominal se acompañe de mayor número de condiciones de estado de ánimo depresivo. Aquellas mujeres con obesidad central deben acudir a valoración que ponga de manifiesto si existen comportamientos de tipo depresivo, para la puesta en práctica de intervenciones médicas que involucren medicamentos o la aplicación de diversas acciones terapéuticas.

Entre los principales resultados del estudio adelantado por el Grupo de Investigación Salud de la mujer, se señala que en mujeres afrodescendientes colombianas, la obesidad central se asocia a dos veces mayor presencia de deterioro severo psicológico, especialmente con mayor presencia de estados de ánimo depresivo. A su vez existe dos veces mayor deterioro severo de la calidad de vida en las mujeres con obesidad

central que las que no la tienen. Ese hallazgo de peor calidad de vida de las mujeres con obesidad central había sido señalado en comunidades de países desarrollados. Este es al parecer el primer estudio en mujeres colombianas pertenecientes a comunidades afrodescendientes donde se señala la presencia del efecto adverso de la obesidad central sobre la calidad de vida y sobre componentes de la dimensión psicológica.

También en el estudio se evaluó si la obesidad central era factor de riesgo asociado al deterioro general de la calidad del dormir y el impacto del sueño en las actividades diurnas e insomnio. Se encontró que en toda la población el 39% se quejaban de insomnio. La alteración fue manifestada por el 42% de las mujeres con obesidad central y por el 37.0% de las que no lo tenían. Teniendo por tanto más presencia el insomnio en las mujeres que tenían obesidad central. A la vez las mujeres con obesidad central tuvieron menor duración total del sueño, peor bienestar, peor funcionamiento al día siguiente y peor impacto del insomnio sobre las actividades del día siguiente, al compararlas con mujeres que no tenían obesidad central.

La calidad del dormir y la calidad de vida son considerando importantes para valorar en las mujeres en etapa de climaterio. Ambos se modifican de acuerdo con la obesidad central, siendo por tanto factor de riesgo. El proyecto CAVIMEC está valorando en mujeres afrodescendientes colombianas, otros impactos que causa la obesidad central.



Universidad  
de Cartagena  
Fundada en 1827



Ministerio de Educación Nacional

## PROGRAMA DE POSGRADOS

2017-1

Inscripciones hasta el 30 de septiembre de 2016

### ESPECIALIZACIONES

Ortodoncia – SNIES 7816  
Endodoncia – SNIES 9367  
Odontopediatria y  
Ortopedia Maxilar – SNIES 15343  
Estomatología y  
Cirugía Oral – SNIES 761  
Gerencia de Proyectos  
de Construcción – SNIES 2035  
Gestión del Riesgo  
Laboral – SNIES 103783  
Ciencias Penales y  
Criminológicas – SNIES 11860  
Matemáticas Avanzadas – SNIES 7810  
Ingeniería de Agua potable y  
saneamiento básico – SNIES 103614  
Gerencia en Salud – SNIES 3325  
Revisoría Fiscal – SNIES 771  
Gestión de la Calidad y Auditoría  
en Salud – SNIES 10461  
Gestión Gerencial – SNIES 770  
Finanzas – SNIES 766

### MAESTRÍAS

Ciencias Farmacéuticas –  
SNIES 53730  
Inmunología – SNIES 774  
Química – SNIES 51577  
Matemáticas – SNIES 54615  
Enfermería – SNIES 101365  
Gestión de Organizaciones –  
SNIES 104821  
Derecho – SNIES 103272  
Conflicto Social y Construcción  
de Paz – SNIES 102460  
Ingeniería Química – SNIES 105647  
Bioquímica – SNIES 90905  
Microbiología – SNIES 775

### DOCTORADOS

Ciencias Biomédicas – SNIES 53384  
Toxicología Ambiental – SNIES 91076  
Ciencias de la Educación – SNIES 1205

¡El compromiso con la calidad sigue...  
vamos por la renovación de  
la Acreditación Institucional!

Proceso selección y admisión del 3 al 21 de octubre de 2016 - Publicación  
listas de admitidos del 24 de octubre al 4 de noviembre de 2016  
Pago de derechos de matrículas ordinarias del 15 de noviembre al 30  
de diciembre de 2016 - Pago de derechos de matrículas  
extraordinarias del 16 de enero al 26 de enero de 2017  
Matrículas académicas del 15 de noviembre de  
2016 al 27 de enero de 2017



/UniversidaddeCartagena



@Unicartagena



@Uni\_cartagena

Informes: Centro, claustro San Agustín - Tel: 6641655 - 6646183  
Centro de Posgrados, claustro la Merced, Centro, cra. 4ª No. 38-40  
postgrado@unicartagena.edu.co - Tel: 6601654  
www.unicartagena.edu.co/index.php/admisiones

