

# OBESIDADE



Doença crônica em que a reserva natural de gordura do corpo aumenta demais e passa a estar associada a problemas de saúde e ao aumento da taxa de mortalidade

---

## Principais problemas relacionados:

Hipertensão arterial (pressão alta)

Apneia do sono (dificuldade para respirar dormindo)

Aumento do risco de cânceres de mama e próstata

**Diabetes**

---

## Classificação do indivíduo segundo o IMC

*Segundo a ASBSM\**

Menor que 18,5 = Magreza

Entre 18,5 e 24,9 = Normal

Entre 25 e 29,9 = Sobrepeso

Entre 30 e 39,9 = Obesidade

Acima de 40 = Obesidade grave

---

## Como calcular seu IMC (Índice de massa corpórea)

$$\frac{\text{peso}}{\text{altura}^2}$$

$$\text{ex: } \frac{60\text{kg}}{(1.70)^2} = 20,8 \text{ (Normal)}$$

\*Sociedade Americana de Cirurgia Bariátrica e Metabólica