

## Osoby otyłe też mogą być niedożywione

Niedożywienie to stan wynikający ze zbyt niskiej podaży lub złego wchłaniania składników energetycznych i odżywczych prowadzący do zmian w składzie ciała, obniżonych funkcji poznawczych i fizycznych, a także nasilenia powikłań klinicznych choroby. Powyższa definicja wskazuje, iż zarówno osoby z niedoborem masy ciała, jak i osoby z nadmierną masą ciała, mogą być niedożywione. Osoby otyłe, które w sposób niezamierzony utraciły powyżej 5% wyjściowej masy ciała w ciągu 3 miesięcy lub powyżej 10% w nieokreślonym czasie, zaliczane są do grupy osób z ryzykiem niedożywienia. Zatem w przypadku hospitalizacji lub zdiagnozowania choroby zwiększającej zapotrzebowanie na białko i energię nie należy podejmować redukcji masy ciała lub opóźniać włączenia żywienia. Niedożywienie u osób z nadmierną masą ciała rozpatrywane jest w kontekście niedoborów witamin i składników mineralnych. Z jednej strony wynika to z nieprawidłowego sposobu żywienia prowadzącego właśnie do otyłości, a z drugiej może być efektem chorób współistniejących z otyłością np. cukrzycy, nadciśnienia tętniczego (wówczas obserwujemy zwiększone zapotrzebowanie na pewne składniki odżywcze).

---

### Adres

**źródła:** <https://dieta.wum.edu.pl/artuku%C5%82/osoby-otyle-tez-moga-byc-niedozywione#comment-0>