

# **OBESITY & COVID-19 CO-PANDEMIC**

Dion Saelan<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Rumah Sakit Kristen Mojowarno,  
Jombang, Indonesia

Angka kejadian Virus COVID-19 semakin tinggi di berbagai negara dunia. Semenjak awal ditemukan di Wuhan, Propinsi Hubei, Cina pada Bulan November 2019 virus ini telah tersebar luas dan ditetapkan sebagai kasus pandemi dunia oleh *World Health Organization* (WHO) pada 12 Maret 2020. Virus ini lebih mudah ditularkan ke populasi lansia, penderita *diabetes mellitus*, penyakit kronis, penyakit kardiovaskular, dan pada kelainan imunitas. Beberapa waktu ini mulai diteliti hubungan antara COVID-19 dan obesitas. Hal ini dilakukan setelah melihat angka kejadian pasien COVID-19 pada obesitas cukup tinggi. Pada usia dewasa muda, mereka yang menderita obesitas *grade I* didapatkan 1,8 kali lipat lebih banyak dirawat di Unit Perawatan Intensif (UPI) dibandingkan dengan mereka yang memiliki berat badan normal. Hal ini makin parah ditemukan pada obesitas *grade II*, yaitu 2,2 kali lipat lebih besar. Penelitian yang dilakukan pada pasien dengan usia muda (<60 tahun) didapatkan bahwa terdapat hubungan antara obesitas dan COVID-19, dan hal itu ditetapkan sebagai faktor risiko independen. *World Obesity Federation* (WOF) menetapkan obesitas adalah suatu faktor risiko yang berhubungan dengan tingkat keparahan pasien COVID-19. COVID-19 bereksprei melalui reseptor ACE2 yang terdapat di organ tubuh, dan juga banyak didapatkan pada jaringan adiposa. Pada obesitas terdapat jumlah reseptor ACE2 yang lebih banyak dibandingkan dengan yang bertubuh normal. Hal ini dipakai sebagai dasar mengapa pada obesitas lebih mudah terinfeksi dan terkena paparan virus COVID-19. Faktor risiko penting dalam co-pandemi antara obesitas dan COVID-19 ini adalah faktor inflamasi, kardiovaskular, metabolik, hiperkoagulabilitas, endotel disfungsi, resistensi insulin, ginjal dan sosio-ekonomi. Langkah terbaik untuk mengurangi angka kesakitan adalah mencegah infeksi dengan *social distancing*, memakai masker, menjaga kebersihan, mengurangi stres, olah raga dan menata makan. Dusahakan dapat mengurangi berat badan perlahan hingga tercapai berat ideal.

**Kata kunci:** Obesitas, COVID-19, faktor risiko, pencegahan infeksi