

nota de prensa

12 de noviembre, Día Mundial de la Obesidad

La obesidad, una enfermedad crónica grave

Es la segunda causa de muerte evitable, solo por detrás del tabaquismo



Madrid, 11 de noviembre de 2020.- Cada 12 de noviembre se celebra el Día Mundial de la Obesidad que tiene como objetivo informar y sensibilizar a la población de la importancia de adoptar medidas encaminadas a frenar el continuo aumento de las tasas de sobrepeso y obesidad a nivel mundial. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que es perjudicial para la salud.

Por lo tanto, la obesidad es una enfermedad. No se trata de un problema estético o canon de belleza. Actualmente se debe considerar como una pandemia pues su incidencia aumenta progresivamente en todo el mundo.

En España se considera que alcanza cerca del 17% de la población y que es la segunda causa de muerte evitable, solo por detrás del tabaquismo. Datos del Instituto Nacional de Estadística, apuntan en nuestro país, que el 52,7% de la población igual o mayor de 18 años está por encima del peso considerado como

nota de prensa

normal, pudiéndose hablar de sobrepeso en el 35,7% de los casos, y de obesidad en el 16,9%.

Según explica el jefe de Servicio de Cirugía General y Aparato Digestivo y Coordinador de la Unidad de Cirugía de la Obesidad del Hospital La Luz, Carlos Durán, se considera obesidad cuando el IMC es superior a 30 y obesidad mórbida cuando es superior a 40. Es frecuente escuchar actualmente recomendaciones sobre aceptar la obesidad como algo normal o saludable en contraste con el concepto de belleza basado en patrones de delgadez y musculación”.

“Siendo cierto que debemos rechazar el canon de hombre o mujer perfectos basado en bajo peso, cuerpo musculado etc., y aceptarnos tal como somos, no debemos incurrir en normalizar la obesidad como un estado saludable”, afirma Carlos Durán.

Según un estudio de la SEEDO, (Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad) un 82% de los pacientes obesos (IMC mayor de 30) no reconocen que lo son y hasta un 12% considera que su peso es normal, alcanzando hasta un 63% en pacientes con sobrepeso.

Tal y como explica el doctor Carlos Durán, la obesidad se relaciona directamente con aumento de incidencia de diabetes tipo II (el doble que la población no obesa), elevación de colesterol y triglicéridos, aumento del riesgo cardiovascular, apnea de sueño, patología articular y aumento de incidencia de algunos tumores como el de

colon, mama, tiroides o esófago y una disminución significativa de la esperanza de vida.



“Mención aparte y de gran importancia en el momento sanitario que vivimos, está el hecho de que el 80% de los pacientes con COVID 19 graves tienen obesidad, considerándose ésta uno de los factores que más incide en la necesidad de ingreso en UCI”, subraya el doctor Durán.

Según este experto, el mejor tratamiento de la obesidad es el preventivo. “Por lo tanto, se deberían inculcar en la población,

nota de prensa

fundamental en edad escolar, hábitos de alimentación saludables en cuanto a cantidad y calidad. Dieta rica en fibra, hidratos de carbono de absorción lenta como las hortalizas, frutas, legumbres, arroz, pasta y reducción de alimentos procesados y azucarados. Importante también fomentar el ejercicio físico diario y evitar el sedentarismo”.

Cuando la obesidad ya está establecida y el tratamiento dietético controlado por un especialista endocrino ha fracasado, es cuando debemos plantear un tratamiento quirúrgico de la obesidad.

Para el doctor Carlos Durán, la cirugía es hoy día la opción más segura y efectiva a medio y largo plazo para el control de la obesidad y disminuir los riesgos que ella conlleva. “Así los pacientes intervenidos abandonan la CPAP (máquina para la apnea del sueño) en el 80/90% de los casos, un 50% deja la medicación hipertensiva, un 80% dejan medicación hipolipemiente (colesterol y triglicéridos) y hasta un 72% de los pacientes con diabetes tipo II abandonan la medicación y más de un 95% reducen la cantidad de medicamentos para su control o dejan la insulina”, asegura.

No existe una técnica ideal, - continua el experto -, sino que debe ser establecida de forma individual según las características del paciente y las comorbilidades (enfermedades asociadas a la obesidad) que pueda tener el paciente.

El doctor Carlos Durán pide sentido común y recomienda que la indicación se debe realizar en centros hospitalarios con amplia experiencia en el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de la obesidad y desde un punto de vista multidisciplinar (cirujano, endocrino, endoscopia, unidad de cuidados intensivos, etc.) y huir de centros de estética donde ofrezcan tratamientos “milagro y de bajo riesgo” pero probablemente mal indicados y poco efectivos.

“En el Hospital La Luz de Madrid contamos con una unidad para el estudio, tratamiento y seguimiento de la obesidad conformada por cirujanos, endocrinólogos, internistas, psiquiatría, unidad de endoscopia y anestesia, con amplia experiencia y habiendo realizado en los tres últimos años cerca de 300 intervenciones con óptimos resultados”, concluye Durán.