

# OBESIDAD

DR. CHRISTIAN HERNÁNDEZ MURCIA

## OBESIDAD

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera la obesidad como la epidemia del siglo XXI, y es la segunda enfermedad que más mata en el mundo, entre las enfermedades prevenibles.

La Obesidad se considera mórbida, cuando llega al punto de aumentar, significativamente, el riesgo de una o más condiciones o enfermedades graves relacionadas con la obesidad (también conocidas como comorbilidades), que resultan en debilidad física significativa o incluso en la muerte.

En general, la obesidad mórbida se define de la siguiente manera: 50 kg o más arriba del peso corporal ideal, o tener un Índice de Masa Corporal igual a 40 o más.



## ENFERMEDADES RELACIONADAS CON LA OBESIDAD

### CARDIOVASCULAR (corazón y sistema circulatorio)

- **Dislipidemia:** Es un trastorno de metabolismo de sustancias grasas en la sangre, conocida comúnmente como “colesterol alto”. Sin embargo, la dislipidemia es un término que se refiere a todos los problemas relacionados con las grasas o lípidos. El peligro está cuando las grasas o lípidos empiezan a acumularse en las paredes arteriales, causando el engrosamiento y endurecimiento de los vasos sanguíneos, los cuales pueden quedar totalmente obstruidos.
- **Hipertensión Arterial** (elevación de la presión sanguínea) El exceso de peso corporal aumenta el trabajo y fuerza la capacidad de funcionamiento adecuada del corazón. La presión alta puede causar derrame cerebral con parálisis del cuerpo, daños irreversibles del corazón y riñones.
- **Enfermedad de Arteria Coronaria** (infartos cardíacos)
- **Insuficiencia cardíaca** (función deficiente del corazón con cansancio del paciente, hinchazón de piernas)
- **Úlceras por estasis venosa (varices):** La hinchazón de las piernas es común y puede ser causada por problemas en las venas de las piernas; si no se trata, pueden causar lesiones en la piel o úlceras difíciles de curar.

### PULMONARES

- **Apnea obstructiva del sueño** (problemas para dormir, ahogamiento por ronquidos excesivos): Los depósitos de grasa en la lengua y en el cuello pueden causar obstrucciones intermitentes en el paso del aire. Visto que la obstrucción aumenta cuando se duerme de espaldas, es posible que el paciente se despierte con frecuencia para acomodarse en la cama. El resultado de la pérdida de sueño generalmente causa somnolencia durante el día, dolores de cabeza en casos más graves arritmias en el corazón.
- **Asma**
- **Síndrome de hiperventilación** (respiración cortada, falta de aire)

### ENDOCRINAS

- **Diabetes tipo 2** (azúcar elevada en la sangre): Las personas obesas pueden desarrollar una resistencia a la insulina (sustancia que regula los niveles de azúcar en la sangre). Con el tiempo, el alto contenido de azúcar en la sangre puede causar serios daños al cuerpo, como son ceguera, amputaciones de extremidades, daño cardíaco, insuficiencia renal entre otras.
- **Síndrome de ovario poliquístico**

## GASTROINTESTINALES

- **Hígado Graso**, el cual puede evolucionar a cirrosis.
- **Cálculos en la vesícula**
- **Reflujo gastroesofágico** (acidez): Los ácidos cumplen su función en el estómago y raramente causan problemas. Cuando los ácidos suben hacia el esófago, por sobrepeso o sobrecarga en la parte superior del estómago, lo llamamos reflujo gastroesofágico y esto causa problemas de inflamación en el esófago que requiere medicamentos permanentes y puede llegar a causar problemas respiratorios crónicos.

## OBSTETRICAS/GINECOLÓGICAS

- Infertilidad (incapacidad o capacidad disminuida para procrear)
- Aborto espontáneo
- Anomalías fetales

## MUSCULOESQUELÉTICAS

- **Enfermedad articular degenerativa** (principalmente en las rodillas) El sobrepeso degenera las articulaciones, provocando mucho dolor, inflamación, deformidad e incapacidad para caminar, algunos pacientes se les tiene que sustituir la rodilla por una prótesis metálica.
- **Gota** (dolor súbito e hinchazón de articulaciones, principalmente dedo gordo del pie)
- **Fascitis plantar** (imposibilidad para asentar el pie por dolor)
- **Síndrome de túnel del carpo** (dolor en las manos a nivel de las muñecas y adormecimiento de los dedos).

## **DEPRESIÓN**

- Las personas con graves condiciones de sobrepeso enfrentan constantes choques emocionales; frecuentes fracasos en dietas, desaprobación de los familiares y amigos, bromas y comentarios de extraños. Sufren discriminación en el trabajo, no pueden sentarse cómodamente en el teatro, cine, buses o avión. No es de admirar que la ansiedad y la depresión acompañen el sufrimiento.

## **RIESGO AUMENTADO DE CÁNCER**

- Endometrial (útero o matriz)
- Ovárico
- Mama
- Próstata
- Riñón
- Hígado
- Esófago
- Colon
- Páncreas

## **TRATAMIENTOS DE SOBREPESO Y OBESIDAD**

Los tratamientos para bajar de peso pueden ser: Medicamentos, tratamientos Endoscópicos SIN cirugía y Cirugía Bariátrica.

**Todos los tratamientos deben acompañarse de un plan nutricional y ejercicios, además los pacientes deben someterse a un programa de evaluación y control con un equipo de especialistas multidisciplinario conformado por: cirujanos bariátricos, endocrinólogo, internista/cardiólogo, neumólogo, nutricionista y psicología.**

El manejo del paciente con un equipo conformado con estas especialidades asegura un mejor resultado con cualquiera de los métodos ya mencionados.

## **MEDICAMENTOS**

Cada caso, cada paciente es individualizado, de acuerdo con su peso y enfermedades existentes o no. Los medicamentos usualmente se indican en el caso de pacientes con sobrepeso únicamente, ya que en casos de obesidad severa o mórbida no logran bajar una cantidad de peso significativa para restablecer la salud. También se usan como adyuvantes en casos que los pacientes ya hayan bajado de peso y presentan una reganancia de peso. La disponibilidad en nuestro país de este tipo de medicamentos es limitada.

## **TRATAMIENTOS ENDOSCÓPICOS**

Existen muchos tratamientos endoscópicos para bajar de peso, algunos en fase de experimentación y otros ya aceptados, dentro de los cuáles el más popular y disponible en nuestro país, es el balón intragástrico.

El balón intragástrico, es un dispositivo de silicona, que se implanta en el estómago por medio de endoscopia bajo sedación endovenosa. Es un procedimiento sencillo, que no requiere hospitalización ni incapacidad. El balón al ocupar espacio en el estómago produce una sensación de saciedad, de llenura, por lo que se tiene menos capacidad para comer. La duración del tratamiento con balón intragástrico es de un año, en el cual se puede llegar a perder hasta un máximo aproximado de 50 libras. Al igual que los otros tratamientos, requiere de un plan nutricional y apoyo psicológico mientras se tenga implantado el balón.

## ***CIRUGÍA DE PÉRDIDA DE PESO***

La cirugía de pérdida de peso o cirugía Bariátrica, es el único método comprobado y eficaz para lograr una pérdida de peso a largo plazo. Dentro de los beneficios de esta cirugía está el control o resolución de las enfermedades ocasionadas por la Obesidad, principalmente Diabetes Mellitus tipo 2, Presión Arterial Alta, Hígado graso.

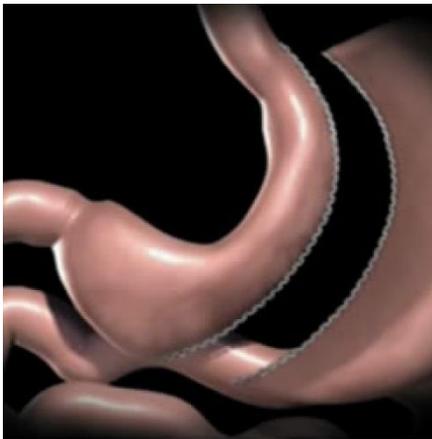
La cirugía Bariátrica se realiza con cirugía mínimamente invasiva o cirugía Laparoscópica, a través de incisiones de 1 centímetro de diámetro, con lo cual la recuperación es de aproximadamente 1 semana.

Actualmente Las dos principales cirugías de pérdida de peso son:  
MANGA GÁSTRICA LAPAROSCÓPICA  
BYPASS GÁSTRICO LAPAROSCÓPICO

### ***MANGA GÁSTRICA***

La capacidad del estómago de una persona adulta es de aproximadamente 2 litros, con lo cual se puede comer grandes volúmenes o cantidades de alimentos.

La cirugía de Manga Gástrica consiste en la reducción de la capacidad del estómago, es decir es una cirugía restrictiva con la que el paciente comerá porciones más pequeñas y se llenará rápido. Esto se logra extirpando o cortando la parte más elástica del estómago, aproximadamente un 70%, dejando el tamaño y forma del estómago como el de una banana.



MANGA GÁSTRICA LAPAROSCÓPICA

### ***BYPASS GÁSTRICO***

Es la cirugía de elección para pacientes con obesidad mórbida y Diabetes tipo 2, por su alta tasa de remisión de enfermedades y pérdida de peso a lo largo del tiempo, ya que es un procedimiento mixto (restrictivo y malabsortivo). El bypass o derivación gástrica, consiste en la reducción de la capacidad del estómago para recibir comida (parte restrictiva) y además en la derivación de la comida hacia la parte más baja del intestino (parte malabsortiva). Esto se logra dividiendo el estómago en su parte superior, creando una pequeña bolsa

o pouch gástrico con una capacidad de 2 a 3 onzas, que luego se une al intestino distal.



**BYPASS GÁSTRICO LAPAROSCÓPICO**