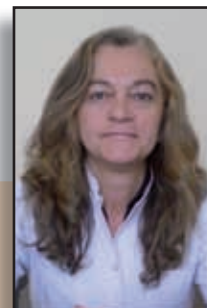


# Tratamiento multidisciplinario de la obesidad

Dra. Giulietta Vanini

Ex Asistente del Centro Nacional de Quemados (CENAQUE)  
Master en Nutrición, Universidad Católica del Uruguay  
Directora del Centro de Nutrición y Salud NUTRIMED



- **La obesidad es una enfermedad crónica multifactorial de gran trascendencia socio sanitaria y económica constituyendo per se un problema de salud pública.**
- **El tratamiento de la obesidad debe tener un enfoque multidisciplinario, ya que la obesidad lejos de ser un problema estético, es una patología que produce un aumento de la morbimortalidad y altera la calidad de vida de quien la padece.**

## Introducción

La obesidad es considerada por la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) desde 1998 como una pandemia, ya que su incremento ha sido exponencial. En nuestro país presentan algún grado de sobrepeso o de obesidad el 54% de los adultos, el 26% de los niños de 9 a 12 años y el 8,6% de los niños menores de 2 años.

Según la O.M.S. el aumento de las enfermedades crónicas no transmisibles es responsable de las dos terceras partes de las muertes y del 46% de la morbilidad global. Estos porcentajes van en aumento, por lo que si no invertimos esta tendencia, en el año 2020, las enfermedades crónicas no transmisibles serán la causa del 73% de las defunciones y del 60% de la carga mundial de enfermedad.

Se considera a la obesidad una enfermedad crónica debido a que forma parte del grupo de enfermedades que son difícilmente recuperables con el arsenal terapéutico del que se dispone actualmente (*Barbany; Foz 2002*).

Muchas de las causas actuales de mortalidad están íntimamente asociadas a factores de riesgo evitables como alimentación desequilibrada, obesidad, sedentarismo, tabaquismo y consumo de alcohol.

De los diez factores de riesgo identificados por la O.M.S. como claves para el desarrollo de las enfermedades crónicas, cinco están estrechamente relacionados con la alimentación y el ejercicio físico:

- obesidad,
- sedentarismo,
- hipertensión arterial,
- hipercolesterolemia y
- consumo insuficiente de frutas y verduras.

Antiguamente se consideraba a la obesidad como una patología en la cual participaban diferentes factores genéticos y ambientales, desconociéndose los mecanismos de autorregulación del balance energético. Hoy sabemos que cuando ocurre un desbalance energético se produce la acumulación de **tejido adiposo**, el que actúa como uno de los órganos endócrinos más relevantes donde se secretan moléculas como leptina, citoquinas, el factor de necrosis tumoral (TNF), angiotensina, resistina y estrógenos entre otros, y no oficia meramente como un reservorio energético.

El **síndrome metabólico** es una entidad clínica que caracteriza al conjunto de factores de riesgo asociados a la obesidad abdominal, que incluyen la dificultad en la utilización de glucosa (resistencia a la insulina), dislipemia aterogénica e hipertensión. En la Tabla 3 se define el síndrome metabólico según los criterios del ATP-III y la Federación Internacional de Diabetes.

## Diagnóstico de obesidad

Se define como obesidad a la acumulación de tejido graso corporal por encima de ciertos niveles, que pone en riesgo la salud.

Como indicador más frecuentemente usado en el adulto se aplica el Índice de Masa Corporal (IMC), el que surge de la relación entre peso y altura (*ver Tabla 1*).

**IMC = peso (kg) x altura<sup>2</sup> (metros)**

Si bien el IMC es uno de los métodos más usados para diagnosticar obesidad por ser rápido, económico y muy accesible, no es el método más eficaz, ya que no contempla otros aspectos de vital importancia como la complexión individual, los perímetros corporales, las diferencias constitucionales por