

# La obesidad puede revertirse con los tratamientos adecuados

¿Cómo saber cuál es la mejor opción para bajar de peso? ¿Cuántos kilos debe perder una persona para estar en forma? ¿Qué método es más efectivo para dejar de ser obeso? En medio de este dilema, los médicos piensan que la obesidad es una enfermedad que hay que enfrentar y vencer.

Según una nota de prensa, las diferentes entidades de salud a escala global, incluyendo la Organización Mundial (OMS), alertan sobre la necesidad de atender el problema que ya se ha convertido en una epidemia planetaria.

La obesidad es una enfermedad multifactorial que puede llegar a ser letal, pues se trata del exceso anormal de tejido graso en el cuerpo que, además de perjudicar las relaciones interpersonales y la autoestima de quien la sufre, facilita la aparición de cuadros de depresión y otros aspectos psicológicos de importancia que pueden comenzar incluso desde la infancia.

Adicionalmente, acarrea nocivas enfermedades como la diabetes mellitus, eventos cardiovasculares y graves problemas respiratorios y de movilidad, entre otros. En resumen: el exceso de grasa corporal no diferencia género, raza ni edad y deteriora la expectativa de vida de quien lo padece, pudiéndolo llevar a la muerte.

Pero en medio de este drama hay buenas noticias: la obesidad puede revertirse con los métodos acertados, un estilo de vida saludable y la motivación médica apropiada.

## Cambio de hábito

El doctor Wartan Keklikian, cirujano general con especialidad en laparoscopia gastrointestinal y ginecológica, explica que la obesidad es una enfermedad multifactorial, pero su principal causa es comer más calorías de las que el paciente necesita o gasta, además del sedentarismo.

Señala que, cerca del 50% de los casos que atiende están asociados a un componente genético, y hasta el 10% son por causas endocrinas. “La mayoría de quienes van a mi consultorio, lo hacen porque no han podido perder peso, o lo han perdido y luego lo vuelven a ganar. En gran medida, los tratamientos que ofrecemos son exitosos y esto se debe a que motivamos al paciente para que cambie sus hábitos hacia un estilo de vida más

saludable”, afirma el especialista.

Indica que para saber si una persona tiene sobrepeso u obesidad, simplemente debe subirse a una balanza con bioimpedancia y así saber su Composición Corporal. “Esto indica instantáneamente dónde está acumulada la grasa y si tiene más de lo normal; cuánto músculo tiene y dónde está, su tasa metabólica, entre otros datos”, puntualiza el médico.

Es a partir de este estudio que el especialista prescribe el tratamiento más idóneo, ya sea por métodos nutricionales, por procedimientos simples como el balón gástrico Allurion, o por cirugías como la manga y el bypass gástrico.

## **Test clave**

Recientemente, el doctor Keklikian ha incorporado a los estudios que ofrece a sus pacientes, el test genético Fagron Nutrigren™, considerado por los especialistas como el más completo y preciso del mercado a escala global.

Dicho estudio analiza 384 variaciones genéticas relacionadas con la pérdida de peso, respuesta al ejercicio, intolerancias y metabolismo de nutrientes, entre otras. “De esta manera establecemos un plan de alimentación personalizado, generado por un algoritmo complejo, sobre la base de 850 alimentos”, afirma el doctor Keklikian.

El test permite al galeno diseñar el plan de ejercicios precisos y necesarios para la pérdida de peso y control del síndrome metabólico de cada paciente, de manera individualizada. “Todo esto con el apoyo de una nutricionista. Juntos hacemos el seguimiento del paciente para que pueda conseguir su peso ideal.”

Otra herramienta no quirúrgica para la pérdida de peso y obesidad es el medicamento Semaglutida, el cual puede aplicarse solo previa consulta médica.

Finalmente, el especialista recalca la importancia del cambio de hábitos en pacientes obesos o con sobrepeso, para lograr el objetivo.

“Les ofrecemos todas las posibilidades y les decimos cuáles son los riesgos y los resultados de cada una. Pero ni la cirugía, el balón, el test genético ni nada de lo que podamos hacer por los pacientes obesos o con sobrepeso será efectivo, si no cambian sus hábitos. Estamos enfocados en la prevención de la obesidad, promoviendo un estilo de vida saludable, una dieta sana, con el

apoyo de un psicólogo clínico y entrenamiento con fisioterapeutas”, concluye.

Con información de El Tiempo