

DÍA DE LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD

SEEN, SEEDO y SEMERGEN denuncian que la obesidad es una enfermedad discriminada

- Con el lema **'Stop discriminación, la obesidad también es una enfermedad'**, las tres sociedades científicas reclaman que reciba la misma atención que otras patologías ya que, si se trata, mejoran muchos otros problemas de salud e, incluso, algunos revierten
- Los expertos destacan que la ciudadanía considera la obesidad un problema meramente estético y que no reconoce que sea una enfermedad crónica
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera la obesidad una epidemia mundial por cuya causa mueren 2,8 millones de personas cada año. En España ya afecta al 20 por ciento de la población

Madrid, 10 de diciembre de 2019.- La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO) y la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) han unido fuerzas para conmemorar el Día de la lucha contra la obesidad con el lema **'Stop discriminación, la obesidad también es una enfermedad'**. Según la Dra. Irene Bretón, presidenta de la SEEN, “a pesar de que es una enfermedad crónica reconocida, no siempre recibe la atención que merece. Cualquier condición clínica se complica por la obesidad, pero, aunque se cree que no hay nada que hacer, tratándola mejoran muchos problemas”.

“Existe un cierto nihilismo, pero hay que mirar a la obesidad a la cara. El tratamiento no es fácil y requiere controlar muchos factores, es una tarea de todos. Sin los tratamientos adecuados las complicaciones son muy significativas: aumento de la mortalidad, mayor riesgo de padecer gran parte del resto de enfermedades, alteración de la calidad de vida y un importante gasto sanitario”, destaca la Dra. Bretón. La presidenta de la SEEN añade que, en ocasiones, “la ciudadanía lo considera un problema meramente estético porque, quizá, no está bien informada acerca de que otros problemas secundarios que padece derivan de esta enfermedad principal”.

Para aquellas personas que ya padecen de obesidad, resulta clave “reconocer que tienen una enfermedad crónica y que, por lo tanto, deben consultar a un profesional de la salud para que éste realice una evaluación del problema y ofrezca las diferentes estrategias en el tratamiento disponibles”, sostiene la Dra. Nuria Vilarrasa, coordinadora del Grupo de Obesidad de la SEEN.

No reconocerla ni diagnosticarla como enfermedad produce un retraso en la consulta sobre el exceso de peso por parte del paciente que se estima en 6 años de media, según ha mostrado el [estudio ACTION-IO](#). Ese lapso de tiempo favorece la aparición de patologías asociadas como la hipertensión arterial (HTA), la diabetes mellitus (DM), dislipemia, el síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAOS), etc., haciendo la enfermedad cada vez más compleja. Además, la

obesidad puede estar detrás de problemas cognitivos, alteraciones del estado de ánimo, baja autoestima, alteraciones del sueño o de casos de hipertensión intracraneal que pueden alterar mucho la calidad de vida de las personas. También podría considerarse una comorbilidad la propia estigmatización del obeso y el rechazo social, ambas cosas deterioran la calidad de vida. Por otro lado, los profesionales destacan que son poco conocidas la asociación de la obesidad con diferentes tipos de cáncer como el de mama o el de colon.

Desde Atención Primaria también perciben que la obesidad está discriminada como enfermedad. **Blanca Dahl, miembro del Grupo de Trabajo de Nutrición de SEMERGEN**, afirma que “declaraciones”.

La importante labor de la prevención

Los expertos consideran elementos fundamentales en la prevención: mantener una dieta equilibrada, realizar una actividad física regular, comer con moderación controlando el tamaño de las raciones, consumir 5 raciones de fruta y verdura todos los días, limitar la comida rápida y precocinada, así como los fritos y rebozados, y moderar el consumo de azúcar blanco, los alimentos y bebidas azucaradas, entre otros.

“La educación desde la infancia en los hábitos de vida saludables es muy importante, del mismo modo que la concienciación de que es una enfermedad en la población general. También es necesario dar a los pacientes con obesidad la oportunidad de controlar su enfermedad con fármacos al igual que en otras enfermedades crónicas”, declara la **Dra. Susana Monereo, secretaria de la SEEDO**. En este sentido, la Dra. Vilarrasa añade: “Disponemos de fármacos que pueden ayudarnos junto con la dieta a perder peso y en caso de escasa respuesta a las anteriores estrategias, se puede contemplar en determinados casos la cirugía bariátrica”. En la misma línea, la Dra. Bretón hace hincapié en que “la cirugía bariátrica es coste-efectiva y gran parte de los problemas asociados a la obesidad son reversibles”.

Es importante tener en cuenta los múltiples factores implicados en esta patología tanto personales, como psicológicos, sociales, económicos, factores estresores o problemas del sueño, etc., entre otros, que pueden estar predisponiendo a la obesidad y que tienen que ser abordados.

Resulta clave mantener unos hábitos saludables a lo largo del tiempo, con un control estricto “de por vida”, acompañado de una monitorización periódica del peso. De hecho, conservar un peso saludable durante la vida adulta, sin oscilaciones, está asociado con un menor peligro de desarrollo de diabetes mellitus tipo 2, así como otras comorbilidades y de desarrollo de enfermedad oncológica. De este modo, según la Dra. Vilarrasa “las estrategias deben ir dirigidas a adoptar y, sobre todo, mantener a largo plazo este peso sano, mediante un estilo de vida saludable con una alimentación equilibrada y la práctica de ejercicio físico. Para ello es fundamental identificar primero las dificultades y barreras de la persona con obesidad para seguir estos hábitos saludables”.

La obesidad en España

La **Organización Mundial de la Salud (OMS)** considera la obesidad como una epidemia mundial a causa de la cual mueren cada año 2,8 millones de personas. En nuestro país ya afecta al 20 por

ciento de la población. El organismo apunta a que se trata de un problema que ha ido evolucionando, pasando de estar confinado a los países ricos para ser prevalente también en los países de ingresos bajos y medianos.

La sociedad española es igual de propensa a la obesidad que cualquier otra. Los factores que la condicionan están más relacionados con el cambio de hábitos que con la propensión genética. La prevalencia es alta y sobre todo preocupante en población infantojuvenil por la repercusión a largo plazo y en población mayor de 65 años, por su asociación a otros factores como pérdida de la calidad de vida, mayor número de enfermedades, etc.

“Parece que el crecimiento de la obesidad se ha ralentizado, respecto al de la década anterior, aun así, sigue creciendo, aunque sea más lentamente. Los factores pueden ser de distinta índole. Probablemente el nivel educativo y socioeconómico sean los más influyentes”, afirma la Dra. Monereo. A pesar de esto, las tres sociedades científicas recuerdan que la OMS hace un llamamiento a los gobiernos, las organizaciones no gubernamentales, así como a la sociedad civil, para que se involucren en la prevención de la patología.

Sobre la SEEN

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta por Endocrinólogos, Bioquímicos, Biólogos y otros especialistas que trabajan en el campo de la Endocrinología, Nutrición y Metabolismo, para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por 1.700 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

Sobre la SEEDO

Es una sociedad científica en crecimiento, consta ya de más de 500 socios de diferentes disciplinas, todas ellas relacionadas con la obesidad. Es de carácter traslacional y altamente implicada, en el ámbito nacional e internacional, en iniciativas de prevención y tratamiento de las enfermedades metabólicas, especialmente de la obesidad, objetivo prioritario de los programas de salud pública por su alta prevalencia en todo el mundo desarrollado.

Para contribuir a la lucha contra la obesidad, la SEEDO a través de su Fundación ha puesto en marcha un proyecto para detener y revertir la considera epidemia del siglo XXI sumando los recursos y capacidades de todos los agentes involucrados. Nace así “Prevención de la Obesidad. Aligera tu Vida”, un proyecto reconocido oficialmente por el Gobierno de España como “acontecimiento de excepcional interés público”.

Recientemente está muy concienciada del papel de los Psicólogos/as como uno de los pilares del tratamiento de la obesidad y es por ello que ha firmado un convenio con el COPC para trabajar conjuntamente en beneficio de las personas con obesidad.



Sobre SEMERGEN

Para más información:
BERBÉS - 91 563 23 00