

CAMFiC elabora protocolos de seguimiento por el paciente con obesidad para evitar el abandono de las dietas

Noticias 24hs | 22-03-2024 | 17:14



control peso - Camfic

La obesidad es un aumento y distribución del tejido adiposo (grasa) que implica consecuencias metabólicas perjudiciales para el cuerpo, y esta afectación sobre la salud se produce de forma independiente a otras enfermedades y factores de riesgo conocidos.

De hecho, por el dr. Gabriel Cuatrecasas, coordinador del grupo de Obesidad de la CAMFiC¹ ?cuando hablamos de obesidad no es sólo cuestión de peso. Hablamos de una enfermedad donde hay crecimiento del tejido graso en territorios peligrosos, como puede ser alrededor del hígado, tripas o en el corazón?. Por tanto, afirma ?la obesidad no es sólo que tenemos grasa, sino sobre todo donde tenemos esa grasa?.

Pero, más allá de la foto puntual, para el coordinador del grupo de obesidad de la CAMFiC el gran reto ?es que necesitamos construir evidencia sobre el acompañamiento al proceso de pérdida de peso, y por eso es imprescindible crear unas hojas de ruta mínimamente estructurados con unos objetivos concretos, especialmente para determinados grupos de mayor riesgo. Protocolarizar el acompañamiento tiene un impacto positivo para todas las partes, en primer lugar, por los pacientes con su calidad de vida, también por los profesionales que mejoran su perfil competencial y finalmente para la administración porque puede prevenir parte de las complicaciones más complejas y caras?.

El acompañamiento y el mantenimiento es muy importante, no debemos olvidar que la parte emocional y la relación que las personas tenemos en torno a los alimentos es una piedra angular del manejo de la obesidad; estamos ante una enfermedad neuroendocrina. Por todo ello, lo más difícil es el mantenimiento a largo plazo. La obesidad es una enfermedad que tiene tendencia a

recurrir como una programación.

En este contexto, desde el grupo de Obesidad de la CAMFiC ya se está trabajando en la elaboración de este protocolo que debe permitir minimizar los abandonos de la población cuando sigue una dieta. La idea es ¿dibujar unos puntos claves mínimos ya realizar en un período de tiempo concreto. A partir de aquí somos conscientes de la diversidad de casos, de la carga asistencial que ya tenemos, y que no se puede pretender llegar a todo el mundo? explica el dr. Gabriel Cuatrecasas.

Es necesario, además, alerta al médico de la CAMFiC ¿tratar la obesidad como una enfermedad en sí misma, porque hay evidencia científica de que si tratamos la obesidad de forma independiente a otras enfermedades o valores (azúcar, hipertensión, etc.) reducimos mortalidad y reducimos ingresos hospitalarios.

Del IMC a la ecografía

La medida de la obesidad en la población general se realiza mayoritariamente con el cálculo del Índice de Masa Corporal¹ (IMC) que es una técnica sencilla fácil de utilizar en consulta, pero que últimamente es cuestionada porque no diferencia entre grasa y músculo, ni tiene en cuenta etnias o géneros.

El dr. Gabriel Cuatrecasas explica que en las consultas ya se están usando fórmulas que dan mayor certeza y más información sobre la distribución y composición corporal, como el índice cintura-altura o el IMC con medida del perímetro de cintura.

Sin embargo, desde el grupo de obesidad de la CAMFiC apuestan por el uso de la ecografía, muy generalizado ya en la atención primaria y que permite medir los grosores del tejido adiposo. "Es una buena herramienta que sabemos utilizar los médicos de la atención primaria, con todo" aclara el Dr. Cuatrecasas "nos falta introducir criterios consensuados sobre qué implicación tiene cada grosor".

Es necesario hacer más pedagogía sobre los peligros de la obesidad a la gente

Una parte de la gente con obesidad no consulta por la enfermedad, a menudo la gente lo que quiere es mejorar su funcionalidad, dado que la obesidad le provoca dolores articulares, hipertensión o diabetes, entre otras muchas cosas. "A estos pacientes hay que explicarles los peligros de la obesidad, y concienciarles de que bajando peso mejoramos aspectos cardio metabólicos mayores como muertes repentinas, ictus, infartos, o cánceres (la obesidad está detrás de más de 13 cánceres diferentes)" concluye el dr. Gabriel Cuatrecasas.

¹ El grupo formado por médicos de familia apuesta por la incorporación de nuevos perfiles profesionales de la AP como nutricionistas y referentes de bienestar emocional.

²Cálculo: peso en kilogramos dividido por la altura en metros cuadrados.

Autor: Redacción