



HOY, EN EL DÍA MUNDIAL CONTRA LA OBESIDAD (4 MARZO), PROMUEVEN UNA CAMPAÑA EN REDES SOCIALES CON VÍDEOS EN LOS QUE RECUERDAN QUE ES UNA “ENFERMEDAD SISTÉMICA”, APORTAN RECOMENDACIONES E INCIDEN EN LA IMPORTANCIA DE LOGRAR UN OBJETIVO DE PESO SALUDABLE

11 médicos internistas de SEMI reiteran la importancia del abordaje integral y multidisciplinar de la obesidad para evitar complicaciones de salud, ofrecen consejo experto y su visión sobre los retos en su abordaje con vídeos en redes sociales

- La prevalencia de obesidad en España se sitúa en torno al 23% de la población (unos 8,4 millones de personas). Cuando la obesidad va acompañada de otras enfermedades metabólicas, como la diabetes, esta prevalencia es superior al 35% y al 70% si hablamos de sobrepeso
- El sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, entre ellas: diabetes, enfermedades cardiovasculares, EPOC, apnea del sueño o insuficiencia renal crónica (IRC)
- Reiteran que es preciso un “abordaje integral y multidisciplinar” de la misma, que hacerle frente es un “trabajo en equipo”, resaltan la importancia de la “educación y el estilo de vida” en su prevención y control y que la lucha contra la misma “no es solo médica, sino también social y política”
- El internista facilita la integración de tratamientos para el manejo global de la obesidad, que debe entenderse como patología sistémica. Es una de las enfermedades más prevalentes e infravaloradas, y menos diagnosticadas y tratadas y que más condiciona y reduce la calidad de vida de los pacientes

Madrid, 4 de marzo de 2021. - En el marco del **Día Mundial contra la Obesidad** que se celebra hoy, 4 de marzo, **11 médicos internistas** vinculados al **Grupo de Trabajo de Diabetes, Obesidad y Nutrición de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)** promueven una campaña de sensibilización en redes sociales en la que, [mediante vídeos cortos](#), ofrecen consejo experto y recomendaciones y recuerdan que “no se trata de una cuestión estética sino de salud”, que la obesidad debe entenderse como una “**enfermedad metabólica y sistémica**” y que es importante **controlarla y abordarla de forma integral para evitar complicaciones de salud asociadas y para lograr un objetivo de peso saludable**. Además, ofrecen su perspectiva y visión de este problema de salud en el presente y también de cara al futuro.

[VÍDEO 1 - DRA. JUANA CARRETERO. LA OBESIDAD: ENFERMEDAD METABÓLICA, CRÓNICA Y MULTIFACTORIAL](#)

En palabras de la **Dra. Juana Carretero, vicepresidenta primera de SEMI y miembro del Grupo de Diabetes, Obesidad y Nutrición de SEMI**: *“es importante recordar que la obesidad no es una cuestión de estética. Es una enfermedad metabólica, crónica y multifactorial que precisa de un abordaje integral y multidisciplinar que nos lleve a encontrar el peso ideal, el que confiere al paciente el máximo nivel de bienestar y salud posible”*.

VÍDEO 2 - DR. JOSÉ CARLOS ARÉVALO. ABORDAJE MULTIDISCIPLINAR DE TODAS LAS POSIBLES COMPLICACIONES

Asimismo, el **Dr. José Carlos Arévalo**, médico internista miembro de SEMI, incide en que *“cuando abordamos a un paciente con obesidad no solamente debemos pensar en su problema metabólico o de peso. Debemos abordarlo de una manera multidisciplinar y pensar que tiene más complicaciones que las derivadas exclusivamente del exceso de peso en su cuerpo. Por eso, es necesario un abordaje multidisciplinar de todas las posibles complicaciones que ese paciente pueda presentar en la consulta”*.

VÍDEO 3 - DRA. DOLORES GARCÍA DE LUCAS. ENFRENTARSE A LA OBESIDAD: UN TRABAJO EN EQUIPO

Por su parte, la **Dra. Dolores García de Lucas**, médico internista miembro de SEMI, indica que *“enfrentarse a la obesidad supone ser una persona paciente, es un trabajo de equipo, en el que de forma conjunta el equipo sanitario y el/la paciente se enfrentan a ese problema de salud. Es una enfermedad ardua que exige mucho esfuerzo por parte del paciente y del equipo médico, pero es un esfuerzo que merece la pena. No hay que detenerse en el trabajo que se realiza hasta lograr el objetivo. Adelante y ánimo a todos los pacientes que tienen este problema de salud”*.

VÍDEO 4 – DR. PABLO MIRAMONTES. LA OBESIDAD CONTRIBUYE A LA MALA EVOLUCIÓN EN OTRAS PATOLOGÍAS, NO SOLO DE LA ESFERA VASCULAR

Según el **Dr. Pablo Miramontes**, médico internista miembro de SEMI, *“la obesidad es una de esas patologías en la que no hacemos un esfuerzo como se merece. Nos olvidamos de que es uno de los factores que contribuye a una mala evolución de múltiples patologías, no solo en diabetes, hipertensión o riesgo vascular, sino desde una artropatía artrósica o patología respiratoria. Además con la obesidad no somos justos, porque en ocasiones se ha culpabilizado al paciente de su propia enfermedad, debemos de tomar más consciencia y hacer más esfuerzos en obesidad y sobrepeso”*.

VÍDEO 5 – DR. PEDRO PABLO CASADO. COMPLEJIDAD DEL ABORDAJE DE LA OBESIDAD: ÁMBITO CLÍNICO Y ESFERA PERSONAL

Para el **Dr. Pedro Pablo Casado**, médico internista de SEMI: *“La obesidad supone un ingente reto clínico para Medicina Interna, no solo por su elevada prevalencia, en ascenso continuado, ni por sus implicaciones en morbimortalidad, que indudablemente son de una trascendencia suprema, sino por la complejidad de su abordaje, con tantas facetas, no solamente clínicas, sino también concerniendo al ámbito personal de nuestros pacientes, con un amplio margen de mejora, motivo más que suficiente para*

mantener los esfuerzos realizados sobre esta entidad, y reforzarlos e incrementarlos por el alto impacto en el beneficio de la salud que ello tendría”.

VÍDEO 6 – DR. PABLO PÉREZ MARTÍNEZ. HERRAMIENTAS PODEROSAS CONTRA LA OBESIDAD: EDUCACIÓN Y ESTILO DE VIDA

En palabras del Dr. Pablo Pérez Martínez, médico internista miembro de SEMI, “Probablemente sea el problema de salud más importante al que nos vamos a enfrentar en las próximas décadas. Cuanto más esfuerzo se hace, cuanto más se difunde, cuanto más se legisla y cuanto más investiga la mayor evidencia que tenemos es que crece. Tenemos dos herramientas poderosas para luchar contra la obesidad: primero la educación y, en segundo lugar, el estilo de vida. Y ahí deberíamos poner todos nuestros esfuerzos. Si todos nos unimos en la lucha contra este problema conseguiremos vencerlo”.

VÍDEO 7 – DR. JAVIER CARRASCO. UN PROBLEMA DE SALUD QUE VEMOS DIARIAMENTE. DOLOR DE PIERNAS, INCAPACIDAD PARA DORMIR... SÍNTOMAS EN RELACIÓN CON LA OBESIDAD

El Dr. Javier Carrasco, coordinador del GT de Diabetes, Obesidad y Nutrición de SEMI, indica que “para los internistas la obesidad es un problema de salud con el que nos enfrentamos diariamente. Nuestros pacientes a veces se quejan de síntomas como ahogo, dolor de piernas, incapacidad para dormir, depresión..., y muchas veces no están relacionados con la enfermedad que padecen, sino que es un síntoma en relación con el sobrepeso o la obesidad. El tratamiento, en estas ocasiones, debe tener en cuenta el control del sobrepeso y la obesidad. Debemos estar concienciados del problema de la obesidad, tanto pacientes, como clínicos y Administración”.

VÍDEO 8 – DR. ALFREDO MICHÁN. EL EXCESO DE PESO, PRINCIPAL ENEMIGO A COMBATIR PARA MEJORAR LA SALUD Y CALIDAD DE VIDA DE LOS PACIENTES

En palabras del Dr. Alfredo Michán, médico internista de SEMI, “los problemas de tensión arterial, triglicéridos, o azúcar elevado en sangre pueden remitir y mejorar si somos capaces de controlar la obesidad de un paciente o el exceso de peso. Es uno de los principales enemigos a combatir para mejorar la salud y calidad de vida de un paciente”.

VÍDEO 9 - DR. RICARDO GÓMEZ HUELGAS. LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD, NO ES SOLO MÉDICA, SINO TAMBIÉN SOCIAL Y POLÍTICA

Según del Dr. Ricardo Gómez Huelgas, médico internista y expresidente de SEMI, “la obesidad es una auténtica pandemia crónica y fuera de control. No en vano, en las tres últimas décadas, la prevalencia de obesidad y sobrepeso en España se ha duplicado y existen predicciones que indican que en 2030 la mayoría de la población española tendrá problemas de sobrepeso u obesidad. Este problema es especialmente preocupante en la obesidad infanto-juvenil. A nivel poblacional, esto presagia un futuro preocupante, con un posible marcado incremento de enfermedades cardiovasculares, diabetes y determinados tipos de cánceres, que pueden condicionar no solo la calidad y cantidad

de vida de la población española sino poner en riesgo la sostenibilidad del sistema sanitario. La lucha contra la obesidad no solamente es un problema médico, sino político y social. Incide de manera especial en segmentos poblacionales con menor nivel educativo y adquisitivo, y la lucha no solo es médica, sino política y social, de mejorar el nivel educativo y luchar contra desigualdades sociales y promover un estilo de vida más saludable, con una dieta sana y una vida activa”.

VÍDEO 10 – DR. JOSÉ MARÍA FERNÁNDEZ. OBESIDAD: PROBLEMA DE SALUD, ECONÓMICO Y PANDEMIA

Para el **Dr. José María Fernández**, médico internista miembro de SEMI, *“este diagnóstico muchas veces tangencial es un auténtico problema de salud, un auténtico problema económico y una gran pandemia. Intentemos aunar esfuerzos, abordarlo de forma multidisciplinar y con ello reducir el riesgo cardiovascular, de insuficiencia cardíaca y de todas las patologías artromusculares derivadas y mejorar el estado de ánimo de nuestros pacientes. Pongamos todos de nuestra parte, pacientes y profesionales de la salud”.*

VÍDEO 11 – DRA. ISABEL PÉREZ SOTO. CADA KILO CUENTA Y SUPONE RIESGO DE OTRAS ENFERMEDADES, ES UN PROBLEMA DE TODOS, NO SOLO DE LAS PERSONAS OBESAS.

Por último, la **Dra. Isabel Pérez Soto**, médico internista miembro de SEMI, hace referencia a que *“muchas personas piensan que la obesidad solo un problema de las personas obesas, pero un día, de pronto, con una situación estresante, ganas tres kilos, o con la menopausia, ganas cuatro, o con una pandemia y confinamiento, ganas cinco kilos. Lo importante es que no es un problema de si me pongo un bikini o no, es un problema de salud. Cada kilo supone un riesgo en un futuro, a corto-medio plazo, de tener enfermedad cardiovascular, entre otras, pero también un riesgo de complicaciones si me infecto de coronavirus o por gripe, cada kilo cuenta y es un problema de todos”.*

DATOS SOBRE LA OBESIDAD EN ESPAÑA Y EN EL MUNDO

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Una forma simple de medir la obesidad es el índice de masa corporal (IMC). Una persona con un Índice de Masa Corporal (IMC) igual o superior a 30 es considerada obesa y con un IMC igual o superior a 25 se considera que tiene sobrepeso. Teniendo en cuenta el porcentaje de grasa corporal, se entiende por obesidad cuando es superior al 20% en varones y al 25% en mujeres.

La obesidad es una de las enfermedades más prevalentes e infravaloradas, y menos diagnosticadas y tratadas. En el mundo hay unos 1.900 millones de personas con exceso de peso de los cuales unos 680 tienen obesidad, según datos de la OMS. La prevalencia de obesidad en España se sitúa en torno al 23% de la población (unos 8,4 millones de personas). Cuando la obesidad va acompañada de otras enfermedades metabólicas, como la diabetes, esta prevalencia es superior al 35% y al 70% si hablamos de sobrepeso.

VÍDEOS

1. Dra. Juana Carretero: <https://we.tl/t-jJaUqPYA75>
2. Dr. José Carlos Arévalo: <https://we.tl/t-Cz6tjeS6qU>
3. Dra. Dolores García de Lucas: <https://we.tl/t-nJZ1a1qYbp>
4. Dr. Pablo Miramontes: <https://we.tl/t-bU5KqUi2FP>
5. Dr. Pedro Pablo Casado: <https://we.tl/t-xNxWQYIHCO>
6. Dr. Pablo Pérez Martínez: <https://we.tl/t-vpueD9lbnF>
7. Dr. Francisco Javier Carrasco: <https://we.tl/t-x3z5xjy98D>
8. Dr. Alfredo Michán: <https://we.tl/t-l8lkaU1b71>
9. Dr. Ricardo Gómez Huelgas: <https://we.tl/t-ogXC8pINff>
10. Dr. José María Fernández: <https://we.tl/t-ap1SrOToPB>
11. Dra. Isabel Pérez Soto: <https://we.tl/t-gLL1uGWQPT>

DESCARGUE AQUÍ TODOS LOS VÍDEOS: <https://we.tl/t-uiy4LvdYla>

Sobre la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

La [Sociedad Española de Medicina Interna \(SEMI\)](#) integra a alrededor de **8.400 médicos internistas** de toda España. Entre sus objetivos prioritarios, se encuentran el de potenciar la investigación en este campo, así como aunar los esfuerzos de los distintos grupos de trabajo que conforman parte de la Sociedad. En la actualidad, son un total de **22 los grupos monográficos y subgrupos de patologías prevalentes** o áreas de interés dentro de la Medicina Interna, especialidad médica que se define por la visión global del paciente y desempeña un papel central en la atención a los pacientes crónicos complejos. Para más información, visita www.fesemi.org y sigue su actualidad en [Twitter](#), [Facebook](#), [LinkedIn](#) e [Instagram](#).

Para más información SEMI:

Oscar Veloso
Responsable de comunicación
Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)
oscar.veloso@fesemi.org / 915197080 / 648 16 36 67