

# Ahora hay más conciencia en tratar la obesidad

---

 [jornada.com.mx/2020/12/10/politica/019n1pol](https://jornada.com.mx/2020/12/10/politica/019n1pol)

10 de diciembre de 2020

Carolina Gómez Mena

Periódico La Jornada

Jueves 10 de diciembre de 2020, p. 19

La pandemia hizo patente que la obesidad debe ser tratada, "pues es una enfermedad crónica multicausal y multifactorial y tiene que ser atendida de forma integral e individualizada", afirmaron médicos cirujanos bariátricos, endocrinólogos y psicólogos.

Los especialistas expusieron que durante la crisis sanitaria y el confinamiento se han presentando dos circunstancias en torno a la obesidad y el sobrepeso: por una parte, las personas que subieron y quienes cambiaron su estilo de vida al reducir su peso corporal con alimentación saludable y ejercicio.

En la presentación del estudio *Action IO en México, análisis internacional sobre barreras en el manejo de la obesidad*, Verónica Vázquez, sicóloga adscrita a la clínica de obesidad y trastornos de la conducta alimentaria del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, detalló que 71 por ciento de quienes padecen obesidad la consideran una enfermedad crónica y 94 por ciento de médicos encuestados también la consideran en ese rubro.

No obstante, cuando se preguntó a quienes la padecen cuánto tiempo pasó entre el primer conflicto que tuvieron con el peso y cuando pidieron ayuda médica, señalaron cuatro años; "piensen en otra enfermedad en que pase tanto tiempo para tratar el tema en un consultorio".

Al preguntar a los médicos por qué no discutían el peso con sus pacientes, 76 por ciento dijeron que consideraban que éstos no estaban interesados, 69 por ciento no se sentían motivados para perderlo y la mitad no hablaban del tema porque tienen buena salud y no presentaba comorbilidades asociadas. Poco menos de la mitad dijeron que hay temas más importantes que tratar con quienes acuden a consulta.

En contraparte, sólo cuatro por ciento de las personas con obesidad reportaron no estar interesadas en hablar sobre el tema del peso con el médico.

En el caso de México participaron en el estudio en línea 2 mil personas con obesidad y 400 médicos de diversas especialidades.

Leonardo Mancillas, endocrinólogo clínico académico, y Fernando Pérez Galaz, cirujano bariátrico y jefe de la clínica de obesidad del Hospital Ángeles Lomas, expusieron que se estima que debido a la falta de actividad física y a la deficiente alimentación en esta época de crisis sanitaria, la ganancia de peso oscila entre los tres y cinco kilogramos, pero aclararon que la Encuesta Nacional de Salud será el instrumento que dé mayor certeza.

Tras reconocer que la mayor parte de la gente vive con estrés, aconsejaron que en lugar de refugiarse en la comida practiquen actividades, pues el ejercicio ayuda mucho, y que los cambios en patrones de sueño –muy común con la pandemia– alteran las hormonas que controlan el hambre y la saciedad.