

# Valoración Nutricional del Obeso Mórbido

## Epidemiología y Generalidades

Susana Podestá

*susanapodesta@yahoo.com.ar*

### Resumen

El aumento acelerado de la prevalencia de obesidad en gran número de países, no solo desarrollados sino también aquellos en vías de desarrollo ha sido denominado epidemia global de obesidad, configurando en la actualidad la segunda causa de muerte evitable después del tabaquismo. Los últimos cálculos de la OMS indican que en el 2005 había en todo el mundo: aproximadamente 1600 millones de adultos (mayores de 15 años) con sobrepeso y al menos 400 millones de adultos obesos; calcula además, que en el 2015 habrá un incremento tal que se espera aproximadamente 2300 millones de adultos con sobrepeso y más de 700 millones con obesidad. Argentina se encuentra en 13° lugar entre los países más gordos del mundo y en el 2° lugar de América. Con el 60 % de prevalencia de sobrepeso, prácticamente igual a la mayor parte del mundo.

La obesidad es una enfermedad crónica, multifactorial, compleja que se desarrolla por la interacción del genotipo y el medio ambiente definida como aumento del porcentaje de tejido adiposo corporal, frecuentemente acompañado de aumento de peso, cuya magnitud y distribución condiciona la salud del individuo.

En la práctica clínica se usa para diagnosticar y clasificar la obesidad el Índice de Masa Corporal (IMC) obtenido por la relación entre el peso expresado en kilogramos y la altura en metros al cuadrado (Peso/talla<sup>2</sup>). Tomando en cuenta este índice, definimos como sobrepeso a individuos con con IMC igual o superior a 25 Kg/m<sup>2</sup>, a obesos a aquellos que tienen IMC igual o superior a 30 Kg/m<sup>2</sup> y obesos mórbidos quienes tengan un IMC igual o superior a 40 Kg/m<sup>2</sup>.

Los cambios en el estilo de vida de las sociedades postindustriales nos han convertido en sociedades obesogénicas. A su vez, la globalización marcada desde las últimas décadas del siglo XX, hace que se produzca una nivelación del estilo de vida. A este proceso se lo denomina "transición nutricional" y se caracteriza por marcado sedentarismo, elevado consumo de alimentos ricos en grasas, sobre todo saturadas, sal, azúcar y disminución de las fibras y micronutrientes, conduciendo al consumo de dietas desequilibradas, con incremento de la ingesta de macronutrientes, pero marginalmente deficientes en minerales y vitaminas.

El obeso mórbido no es un paciente bien nutrido. Aunque tiene depósitos excesivos de energía en forma de grasa, puede tener carencias nutritivas clínicas o subclínicas por seguir dietas desequilibradas o demasiado restrictivas durante períodos prolongados de tiempo.

La malnutrición se define como un estado nutritivo que incluye trastornos debidos a una carencia en la ingesta de nutrientes, un metabolismo alterado de los nutrientes o sobrenutrición. La sobrenutrición produce obesidad; por tanto, la obesidad es una forma de malnutrición.

Los pacientes con obesidad mórbida son tributarios a cirugía bariátrica, siendo esta una posible causa de malnutrición. Si partimos de pacientes mal nutridos, la probabilidad de padecer enfermedades por carencia es mucho mayor y estaremos por un lado, solucionando un problema de salud pública y produciendo otro. Por esta razón, es sumamente importante la valoración nutricional del obeso mórbido a fin de mejorar su estado nutricional.