

MATERIAL DE APOYO

TRATAMIENTO PARA **PERDER PESO**

La obesidad y el sobrepeso son enfermedades crónicas cuyo tratamiento no consiste en hacer dieta y ejercicio.

Hacer dieta restrictiva no te hará perder peso, durante algunas semanas puede hacerte bajar unos kilos, pero luego de unos meses se genera una respuesta en el organismo de más hambre y ansiedad por comer. Como resultado, es muy probable que recuperes todo el peso perdido.

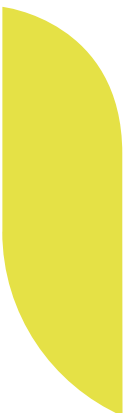
Existen estudios que demuestran que luego de hacer dietas restrictivas se alteran las hormonas digestivas relacionadas con las señales de apetito y saciedad, apuntando hacia una sensación de más hambre y preocupación por la comida.

¿Entonces qué funciona?

Para perder peso hay que hacer una evaluación médica detallada de los mecanismos que interactúan en la fisiología de la regulación del balance energético. Esto significa que tenemos que sentarnos a conversar para identificar y ayudar a corregir los factores que alteran esta regulación.

¿Cuáles son esos factores?

Entre estos factores se encuentran el patrón de descanso, el estrés (que aumenta el cortisol), una alimentación inadecuada (las calorías no son lo único importante), el uso de fármacos que generan aumento de peso, la falta de estímulo muscular o actividad física no adecuada para el paciente, algunas condiciones médicas que identificaremos en los exámenes de laboratorio y alteraciones en la conducta de la alimentación.



¿En el qué consiste el tratamiento con fármacos?

Con su ayuda intentamos cambiar las señales fisiológicas que están alteradas en los pacientes con exceso de peso (mayor percepción de apetito, antojos y recompensa por parte de los alimentos, entre otros). Esto permite regular el balance energético hacia la pérdida de peso.

No todas las personas responden igual a los fármacos para la obesidad. Esto quiere decir que algunos pocos pacientes pueden perder grandes cantidades de grasa con un fármaco en particular, mientras que otros pocos pacientes pierden poco o nada de peso con el mismo fármaco.

Trataremos siempre de elegir el fármaco adecuado para ti, intentando predecir la respuesta con la información que obtengo en la consulta médica, con el antecedente de respuesta previa a otros medicamentos, tu historia familiar, el comportamiento de tu apetito, costos, entre otros factores. Buscamos siempre el medicamento que tenga el mejor perfil de seguridad posible considerando tus patologías de base y posibles contraindicaciones. Muchas veces es necesario probar múltiples medicamentos (siempre de a uno) para dar en el fármaco preciso que logra la mayor respuesta en un paciente.

Cirugía Bariátrica

En aquellos pacientes con obesidad severa y en los cuales el tratamiento médico farmacológico no logra los resultados deseados, consideraremos la derivación para la realización de una cirugía bariátrica. Acompañamos a los pacientes durante todo el pre y postoperatorio con el fin de obtener los mejores resultados en la pérdida de peso y su mantención a largo plazo.

