

Europa Press 12:15

El 80 por ciento de los obesos o con sobrepeso no pide consejo en hospitales y opta por 'dietas milagro', según experto

Sólo una de cada cinco personas obesas o con sobrepeso acuden a especialistas en nutrición para demandar consejos para mejorar su salud, mientras que el resto optan por seguir las recomendaciones procedentes de las fórmulas 'dietas milagro', según informó el responsable de la Unidad de Nutrición Clínica y Dietética del Hospital de Son Dureta, José Moreiro.

A partir de esta semana, este especialista junto a más endocrinólogos comienzan a difundir, a través de conferencias y sesiones clínicas, en los centros sanitarios de Mallorca, los mensajes de la campaña nacional de concienciación 'Pierde peso, gana vida', con el objetivo de impulsar el conocimiento de que un "equipo multidisciplinar, coordinado por el médico, es el que ofrece el mejor tratamiento integral para las personas con obesidad y sobrepeso".

Moreiro subrayó la necesidad de que este colectivo "busque consejo profesional y no confíe resultados rápidos a su problema en las dietas milagro" que, según destacó, únicamente "generan frustraciones". Por ello, la campaña nace con el objetivo de "enseñar hábitos saludables, donde prevalezca en el tratamiento la dieta mediterránea más ejercicio, ya que existe la evidencia científica de que ésta opción es mejor que la ingesta de fármacos".

150 operaciones de obesidad mórbida

Este especialista destacó como significativamente importante y urgente el tratamiento a pacientes con obesidad mórbida. Así, su Unidad ha realizado más de 150 operaciones de este tipo de pacientes en los últimos siete años, aunque subrayó que si hubiera más quirófanos en el Hospital, se podrían hacer hasta 80 operaciones anuales (en 2004 se hicieron 35).

Moreiro explicó que especialmente importante es el tratamiento de la obesidad infantil, que requiere de una participación activa de las administraciones para solventarlo, por el "bombardeo publicitario, el consumo de comidas de gran densidad energética, el nulo ejercicio físico y las horas dedicadas a la televisión o videojuegos".

La antropóloga Begoña Alonso, que trabaja en esta Unidad de Son Dureta, explicó a Europa Press que "estamos detectando cambios muy significativos en los hábitos alimentarios hasta la edad juvenil". "Hay menos supervisión familiar de los alimentos y bebidas que ingiere el niño, dentro y fuera del hogar. En gran parte de los hogares, la elección de la alimentación familiar está sustituida por la influencia que sufren los niños de sus iguales o de la carga de los medios de comunicación", señaló.

En este sentido, destacó que en la adolescencia, el control familiar de la dieta es "casi nulo, por lo que la mayoría de adolescentes y niños de los países desarrollados no cumplen las recomendaciones dietéticas".

Por su parte, la enfermera de la Unidad, Reyes Alonso, subraya que, en el caso de los enfermos mórbidos que tratan, no existe "todavía conocimiento del problema por parte de los servicios sociales y es urgente que se resuelva", porque se trata de personas "dependientes". Así, advierte que sólo un porcentaje de estos pacientes "son ayudados esporádicamente por algún familiar", porque la mayoría cuenta con "un déficit de autocuidado, especialmente de sus necesidades de higiene".

La dietista de la Unidad, Elena Muñoz, explicó que el punto más importante a tratar con un paciente obeso es "enseñarle cuáles son los hábitos alimentarios saludables, inculcando el concepto de dieta mediterránea, para que los aprenda y los mantenga el resto de su vida". "Si corregimos esos hábitos, conseguiremos que el paciente pierda peso de manera razonable y con cuidado", señala la dietista, que precisa que esta dieta "no debe ser muy estricta y rigurosa", sino "equilibrada, completa, suficiente y adaptada al paciente". "Se debe personalizar la dieta", concluyó.