

Por qué el sobrepeso y la obesidad nos puede hacer diabéticos...?



Dr. Leopoldo García Torres
Cirugía Laparoscópica y Obesidad
Postgrado: Universidad Central de Quito
Médico Tratante en Especialidades Médicas Arroyo
Docente de Cirugía en la UTPL
Certificación en Cirugía Laparoscópica y Avanzada
Correo: leopgar@yahoo.com; contacto: 072583158
www.cirurgia.ec

Cuando miro las pinturas de Botero pienso que dentro de un cuerpo tan voluminoso como el que su imaginación le permite plasmar en sus murales y esculturas, ya existía un mundo no muy lejano de la realidad actual. Cuantos de nosotros no hemos tenido que sufrir con el sobrepeso y más aun con la obesidad, pienso y recuerdo aquellos años de niñez donde jugar en el barrio, el correr, caminar era la mejor forma de quemar las calorías obtenidas en nuestros alimentos ingeridos diariamente siendo una manera sencilla y feliz de quemar calorías. Pero los tiempos cambian, la vida sigue, la tecnología y la ciencia a permitido hacer nuestras vidas mucho más sencillas y fáciles de llevar volviéndonos muchas veces dependiente de botones, de pantallas, redes de internet, comida rápida al alcance libremente de todos, llevándonos a un mundo de sedentarismo y obesidad muy bien vista en esta futura realidad como la creativa película de Wall. E



Pero porque uno gana peso o se vuelvo Obeso...?

Cuando nosotros ingerimos alimentos, en nuestro sistema digestivo se da un proceso complejo obteniendo sustancias asimilables a nuestros cuerpos como son los carbohidratos, los lípidos y las proteínas. Dentro de los carbohidratos el producto final de toda esta síntesis es la Glucosa, esta sustancia es el combustible de nuestro cuerpo principalmente para las células cerebrales las cuales son netamente consumidoras de Glucosa para mantener su función de energía activa y normal.

Cuando se da un consumo excesivo e hipercalórico de alimentos toda la gran carga de energía que está en forma de glucosa que no es utilizada o quemada por nuestro cuerpo, debe ser almacenada en forma que el cuerpo la mantenga disponible para poder utilizarla cuando exista déficit de glucosa, pero cuando la persona mantiene una vida sedentaria e inmóvil toda esta energía se termina almacenando en forma de grasa tanto en nuestro cuerpo externo, como en el interior principalmente a nivel del hígado e intestinos, volviéndose un cuerpo saturado en tejido graso siendo más notorio en el abdomen.



Porque la Obesidad nos puedes hacer diabéticos...?

Cuando una persona se encuentra con obesidad, comienza un sin número de alteraciones a nivel endocrino metabólicas, una de ellas es la llamada resistencia a la insulina, esta es una hormona que es secretada por el páncreas la cual tiene la finalidad de hacer que la glucosa que está en nuestro cuerpo circulando en la sangre sea introducida al interior de las células y se la use como combustible. Pero cuando existe una resistencia a la insulina este proceso no se da y se presentan niveles altos de glucosa ya en sangre conocido como Diabetes tipo II. Es importante a más destacar que el daño también se produce en otras partes de nuestra economía como es en las articulaciones y espalda por el sobrepeso que deben soportar, nuestro corazón y arterias también se afecta al verse obligado a trabajar mayormente para llegar a todo el excesivo tejido graso que se tiene, así también nuestra

función sexual y reproductiva se ve afectada, y claro no se puede dejar de enumerar el grado de afectación psicológico que llevan los pacientes al no poder llevar muchas veces una vida normal y donde la obesidad se ha convertido ya en un problema de salud serio con síndrome metabólico caracterizado por diabetes, triglicéridos altos e hipertensión arterial.

Qué hacer...?

Lo primero es recibir una evaluación médica para determinar el Índice de Masa Corporal (IMC) el cual nos permite evaluar si la persona está en sobrepeso o ya en obesidad, así mismo la evaluación médica nos permitirá saber si la causa de la obesidad es orgánica o es funcional. Dependiendo de la causa y del grado de obesidad se instauro el tratamiento desde el más básico como puede ser una dieta, ejercicio físico y hasta una cirugía de obesidad o bariátrica como tratamiento final y definitivo cuando los procedimientos conservadores no han logrado conseguir resultados favorables.



Autor: Dr. Leopoldo García Torres

leopgar@yahoo.com