

XIV Congreso SEEDO

DESDE LA SEEDO SE RECUERDA QUE LA OBESIDAD ES UN PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA QUE NECESITA UNA ESTRATEGIA MULTIFACTORIAL PARA COMBATIRLA

- **E inciden en que no será posible sin una alianza de toda la sociedad**
- **Los expertos insisten también en la importancia de considerar la obesidad una enfermedad crónica, con un gran impacto en la salud y en la forma de vida y con un elevado coste económico**
- **Ponen el foco además no sólo en la cantidad de obesos, que supera el 20% en España, sino en la velocidad a la que está aumentando su número**

Lleida, 16 de marzo de 2018.- El XIV Congreso de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO) reunió en el palacio de congresos La Llotja de Lleida, desde el pasado miércoles 14 hasta hoy viernes, a cerca de 300 expertos nacionales e internacionales de primer nivel para debatir sobre los principales retos y avances en prevención y tratamientos. En este contexto, desde la SEEDO se recuerda que la obesidad es un problema de salud pública que requiere de una estrategia multifactorial para combatirla que sólo será posible con la alianza de toda la sociedad.

“La sociedad sigue sin identificar la obesidad como un problema de salud, sino como un problema estético. Por ello es fundamental lograr cambiar esta creencia y tomar consciencia de que es una enfermedad que mata. De ahí que los expertos insistamos tanto en la importancia de considerar la obesidad una enfermedad crónica, cuyas causas son multifactoriales, con un gran impacto en la salud y en la forma de vida y con un elevado coste económico”, afirma el presidente de la SEEDO, el Dr. Francisco Tinahones.

La prevención es clave

En la actualidad más de un 20% de la población en España es obesa. Pero el porcentaje de personas con exceso de peso en nuestro país se eleva hasta el 60% si se computan tanto los pacientes obesos como las personas con sobrepeso. “Atendiendo a estas cifras, la prevención es clave en la lucha contra esta enfermedad ya que debemos tener presente que el problema no es sólo la cantidad, sino la velocidad a la que aumenta el número de personas obesas”, explica el Dr. Tinahones.

A colación de lo anterior, el socio de la SEEDO, el Dr. Albert Lecube, resalta que el factor ambiental es determinante en el desarrollo de la enfermedad. “Si bien es cierto que la obesidad tiene un componente hereditario que es importante, éste no es decisivo en su desarrollo como lo es el ambiental. De ahí la importancia de concienciar a la sociedad de adquirir hábitos de vida saludables, que impliquen una correcta alimentación y evitar el sedentarismo”, declara.

Las campañas de prevención son una medida para transmitir este mensaje, de ahí que la SEEDO lidere el proyecto “Prevención de la Obesidad. Aligera Tu Vida” para lograr detener y revertir la obesidad, a través de la implicación de todos los agentes involucrados.

La obesidad cuadruplica el riesgo de diabetes y reduce la esperanza de vida

Desde la SEEDO se recuerda además que la obesidad reduce la esperanza de vida de un paciente entre 5 y 10 años y es además el detonante de otras enfermedades como el caso de la diabetes llegando a cuadruplicar el riesgo de desarrollarla. Incrementa también la mortalidad cardíaca y cerebrovascular, la artrosis y está estrechamente vinculada con once tipos de cáncer. Además, hay cada vez más pruebas que apuntan que también puede estar relacionada con enfermedades neurodegenerativas como el alzhéimer.

¿Es contagiosa la obesidad? El “efecto halo”

Durante la conferencia inaugural del Congreso, el Dr. Goday intentó responder a la pregunta de si es contagiosa la obesidad, indicando que estudios de amplias muestras de población demuestran que si una persona sufre obesidad, es mucho más probable que las de su entorno más cercano también la sufran. “En parte esta agregación podría estar causada simplemente por la agrupación entre personas ya previamente obesas que comparten afinidades, pero otras evidencias científicas indican que también existe un efecto *contagio*, de convertir a un sujeto normopeso en obeso simplemente por el hecho de estar relacionado estrechamente con una persona obesa”. Además, explicó que en las enfermedades infecciosas conocer los mecanismos de transmisión permite planificar estrategias preventivas contra la expansión de la infección. Por analogía, si identificamos con precisión los mecanismos de *contagio* de la obesidad, tal vez podríamos prevenirla.

“Por otra parte, el efecto *contagio* también se observa en el tratamiento de la obesidad. En efecto, diversos estudios han demostrado que cuando se prescribe tratamiento de la obesidad a un individuo, el efecto sobre la mejoría de los hábitos de vida saludable y la pérdida de peso se observa o *contagia* también en su entorno. Esto es lo que se denomina *efecto halo*, y ha sido demostrado en distintas opciones terapéuticas de la obesidad. Estamos desarrollando distintos proyectos en este sentido, que permitirían plantear tratamientos más coste-efectivos de esta enfermedad. En definitiva, tanto en la fisiopatología como en el tratamiento, el entorno de la persona que sufre obesidad condiciona intensamente la evolución de la enfermedad”, afirmó.

Epigenética y obesidad

Durante la conferencia de Epigenética y obesidad, la Dra. Ana Belén Crujeiras, explicó que entre los factores que determinan la salud, la genética explica un 30% de la variabilidad, mientras que el 70% restante está determinado por factores ambientales como el estilo de

vida (dieta, el ejercicio físico, consumo de tóxicos), cuidados de la salud, ambiente sociocultural y físico.

“Desde hace muy pocos años se está evidenciando que la epigenética puede jugar un papel relevante en la susceptibilidad a la obesidad e incluso parece estar implicado en la promoción de enfermedades asociadas a la obesidad como la diabetes y el cáncer, de acuerdo a resultados de varios estudios realizados por nuestro grupo de investigación. Las marcas epigenéticas que se observan tanto en obesidad y sus enfermedades asociadas puede aportar biomarcadores para predecir la susceptibilidad a padecer la enfermedad y también podrían constituir posibles dianas terapéuticas que nos permitan diseñar terapias personalizadas mediante la utilización de fármacos epigenéticos o incluso alimentos o compuestos bioactivos contenidos en los alimentos que induzcan una regulación epigenética”, declaró la Dra. Crujeiras durante su intervención.

El músculo frente a la obesidad

En la mesa redonda moderada por el coordinador del Grupo de Estudio Ejercicio Físico y Obesidad de la SEEDO, Felipe Isidro, se abordó la adherencia al ejercicio, la importancia del tejido muscular en la salud metabólica y la eficacia del entrenamiento de fuerza en el paciente con obesidad. Temas clave a tener en cuenta para el tratamiento de la obesidad, especialmente si se tiene en cuenta, como bien explica el Dr. Isidro, que a pesar de las investigaciones que afirman que la mejor elección para adelgazar son los ejercicios de baja intensidad y larga duración, ya existe mucha evidencia científica que muestra que, paralelamente a la pérdida de grasa, algo no deseable también se está eliminando con este modelo de ejercicios en las personas obesas sedentarias, la masa muscular.

“Las personas con obesidad no tienen la misma capacidad de respuesta fisiológica ni de adaptación al mismo estímulo de ejercicio que las personas sin exceso de adiposidad. Se sabe que las personas con obesidad padecen una serie de trastornos que afectan tanto al tejido adiposo como al muscular, con pérdida de masa muscular, de fuerza y de función y se debe considerar por tanto que muestran un tejido muscular enfermo, con muy poca disponibilidad de betaoxidación de ácidos grasos y de utilización de la glucosa”, afirma.

Artrosis en obesidad

La artrosis en obesidad fue otro de los temas a tratar durante el Congreso de la mano de la Dra. Raquel Largo, quien recordó que varios estudios clínicos han demostrado que los diferentes componentes del síndrome metabólico, entre los que se incluye la obesidad, pero también la dislipemia, la hipertensión, o la resistencia a insulina, incrementan la incidencia de artrosis, de forma que el acúmulo de estas alteraciones conlleva igualmente un riesgo mayor de tener artrosis, y una progresión más acelerada de la enfermedad.

Como ayuda la psicología clínica en el manejo de la obesidad

El doctor Fernando Fernández-Aranda profundizó durante su intervención en cómo la psicología clínica puede ayudar en el manejo de la obesidad. Abordó los aspectos del bienestar

psicológico del paciente e incidió en las consecuencias negativas que puede tener tanto a nivel cognitivo como en el estado de ánimo y como puede influir en el tratamiento.

El cerebro, básico en obesidad

Éste fue el título de la mesa redonda en la que participó el Dr. Rubén Nogueiras quien abordó el tema del cerebro como integrador del metabolismo periférico, recordando que la regulación del peso corporal depende de la interacción del cerebro con los órganos del resto del cuerpo.

“El fallo de la comunicación entre el cerebro y la periferia puede provocar alteraciones metabólicas importantes. De hecho, el cerebro puede controlar de manera directa el metabolismo de la grasa, del hígado o del músculo entre otros”, explica.

Durante la conferencia habló de algunos de esos mecanismos de comunicación, y como la investigación actual puede ayudar a que alterando ciertos componentes puede hacer que los modelos preclínicos obesos pierdan peso ya sea por una disminución de la ingesta o por un incremento del gasto energético. Además, demostraremos que alguno de los escasos fármacos aprobados actualmente para tratar la obesidad funcionan a través de estos mecanismos integradores del cerebro.

Alteraciones reproductivas, mayor incidencia en hombres y mujeres obesos

Por su parte el Dr. Manuel Tena Sempere recordó que entre las co-morbilidades menos reconocidas de la obesidad están las alteraciones reproductivas, que tienen una mayor incidencia en hombres y mujeres obesos. “De hecho, la obesidad, especialmente masculina, se asocia a un estado de hipogonadismo, definido en hombres por unos niveles bajos de testosterona. Este hipogonadismo no solo puede comportar problemas reproductivos y sexuales, sino que podría actuar como factor agravante o predisponente de las alteraciones cardio-metabólicas vinculadas a la obesidad”.

Conexión tracto gastrointestinal y cerebro, en obesidad

Por su parte la Dra. Luisa María Seoane explicó cómo el grupo de investigación que lidera ha estado trabajando en la identificación de potenciales dianas terapéuticas derivadas del tracto gastrointestinal y sus mecanismos de acción con el fin de mantener el peso corporal dentro de límites saludables, así como el estudiar cuales de estas hormonas se encuentran alteradas en la obesidad. Además, profundizó en las líneas de investigación llevadas a cabo por el grupo sobre el papel de las hormonas gastrointestinales en el tratamiento de la obesidad especialmente ghrelina, nesfatina y uroguanylina.

Microbiota y cerebro

Durante el congreso, el Dr. José M^a Moreno repasó estudios recientes que demuestran la importancia de la microbiota en el eje de comunicación intestino-cerebro, cuyo correcto funcionamiento es necesario para el control del balance energético y la prevención de la obesidad y revsio el papel que tiene la microbiota en la neuroinflamación asociada a obesidad.

"¿Puede la nutrición modular la microbiota?"

La ponencia "¿Puede la nutrición modular la microbiota?" impartida por el Dr. Pablo Hernández intentó resumir qué sabemos hasta la fecha en la relación entre la nutrición y la microbiota, además de abordar cómo esta interacción puede afectar a patologías cardiometabólicas como la obesidad o la diabetes tipo 2. Se trataron los factores que modulan la microbiota gastrointestinal, haciendo un gran hincapié en la nutrición como uno de los más potentes moduladores de la composición y/o función de la microbiota.

Se resumieron los grandes estudios que han permitido relacionar patrones dietéticos con grandes filos bacterianos y se plantearon los retos a los que se enfrentan en el futuro para conseguir describir y entender de una mejor manera más completa tanto la interacción entre la nutrición y la microbiota, como el efecto de ambas sobre diferentes patologías de enorme relevancia como la obesidad y la diabetes tipo 2.