
PACIENTES

El impacto de la obesidad en las enfermedades digestivas: reflujo, cáncer de colon o cirrosis

La obesidad es una de las enfermedades que presenta mayores desafíos para la salud, tanto por su elevada prevalencia como por el impacto social, económico y sanitario que genera



Obesidad (Foto. Canva)

La **obesidad** es una de las enfermedades que más patologías asociadas o derivadas de ella conlleva, con una tasa de prevalencia que ha aumentado considerablemente en las últimas décadas. En este contexto y con motivo del **Día Mundial de la Obesidad**, celebrado el **4 de marzo**, la **Fundación Española del**

Aparato Digestivo (FEAD) busca concienciar sobre esta patología, la importancia de adoptar medidas preventivas para reducir su impacto en la salud digestiva y generar un cambio en la visión de esta enfermedad.

En nuestro país, el **16,5% de los hombres** y el **15,5% de las mujeres** mayores de 18 años **padecen obesidad** y “la situación es **especialmente alarmante en la población infantil**, con una prevalencia del **13,4% en niños** y del **7,9% en niñas**”, apunta la **Dra. Pilar Esteban, responsable del Comité de Nutrición de la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD)** y médico **especialista del aparato digestivo y nutrición clínica**. Además, **se prevé un aumento** en la tasa de prevalencia de la obesidad en nuestro país para la próxima década, “lo que nos deja un panorama preocupante”, señala.



TV, SKYSHOWTIME Y NETFLIX

**Disfruta los mejores contenidos.
Fibra, móvil 5G, TV y Netflix
45€/mes**

IMPACTO DE LA OBESIDAD EN EL APARATO DIGESTIVO

“La obesidad no solo está relacionada con enfermedades metabólicas y cardiovasculares”, apunta la Dra. Esteban, “sino que, además, afecta directamente al aparato digestivo aumentando el riesgo de padecer distintas patologías”, entre las que se encuentran la **enfermedad hepática metabólica** (MASLD, por sus siglas en inglés), el reflujo gastroesofágico, litiasis biliar, y distintos tipos de cáncer digestivo, entre otras.

Atendiendo a esto, la mayoría de las personas con **obesidad mórbida** presenta algún grado de afectación hepática como la **enfermedad hepática metabólica** (MASLD) que puede progresar a **esteatohepatitis hepática** primero, y sufrir complicaciones dando lugar a fibrosis hepática y cirrosis, aparte de aumentar el riesgo de carcinoma hepatocelular. En este sentido, la enfermedad hepática metabólica se ha convertido en una **prioridad de salud pública** debido a su alta prevalencia, las complicaciones que puede originar y su diagnóstico tardío ya que se manifiestan pocos, o ningún síntoma, en sus primeras etapas.

"La obesidad afecta directamente al aparato digestivo aumentando el riesgo de padecer distintas patologías"

Además, la obesidad es el factor de riesgo más importante para el **desarrollo de reflujo gastroesofágico**, ya que el exceso de grasa abdominal aumenta la presión intraabdominal, facilitando el paso del ácido gástrico al esófago. Esto eleva el riesgo de hernia de hiato, esofagitis, esófago de Barrett y adenocarcinoma esofágico, "cuyo riesgo es mayor en personas obesas que en aquellas con peso saludable", señala.

Igualmente, el exceso de peso puede afectar a la **vesícula biliar** aumentando el riesgo de **padecer cálculos biliares** a causa de la hipersecreción del colesterol en la bilis y la disminución de la motilidad vesicular, "lo que suele ser una complicación muy frecuente", apunta la experta.

Atendiendo al colon, la obesidad está relacionada con un mayor riesgo de diverticulosis colónica y diverticulitis aguda, "esto junto con sedentarismo y dieta baja en fibra, favorece la complicación de los divertículos del colon aumentando el riesgo de perforaciones y abscesos".

Factores provocados por un exceso de peso favorecen la proliferación celular y el desarrollo de tumores malignos.

Cabe destacar la fuerte vinculación de la obesidad con el **cáncer digestivo** siendo un **factor de riesgo importante** para desarrollar **cáncer de esófago, hígado, vesícula biliar, páncreas, colon y recto**. En este sentido, factores provocados por un exceso de peso como la resistencia a la insulina, inflamación crónica, alteración de las hormonas intestinales y de la microbiota intestinal favorecen la proliferación celular y el desarrollo de tumores malignos.

OBESIDAD, ES NECESARIO UN CAMBIO DE PARADIGMA

La obesidad es una enfermedad sistémica, heterogénea, crónica, multifactorial, recurrente y, cada vez, más prevalente siendo una de las que más afectan a la

calidad de vida de quienes la padecen. Además, “es importante destacar que la mitad de personas con obesidad se enfrentan a un estigma social presente en distintas facetas de su vida”, expresa **Javier Crespo, profesor de medicina en la Universidad de Cantabria, investigador del Instituto de Investigación Sanitaria Valdecilla (IDIVAL) y experto de la Sociedad Española de Patologías Digestiva (SEPD) y la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD).**

Este estigma muchas veces es consecuencia de una falsa creencia de falta de compromiso, autodisciplina o fuerza de voluntad de las personas enfermas para mejorar esta situación, lo que provoca una percepción más grave y discapacitante que la que puedan tener otras dolencias. De hecho, esto se extiende hasta el plano sanitario ya que en muchas ocasiones los profesionales “han tenido complicaciones a la hora de atender a estos pacientes a causa de no disponer de las opciones terapéuticas más adecuadas” lo que ha llevado a escenarios como falta de seguimiento en consulta o la inequidad económica para llevar a cabo el tratamiento.

Todo esto no solo pone de manifiesto el impacto social, económico y sanitario de esta enfermedad, sino, además, la necesidad de generar un cambio encaminado a eliminar este estigma centrado en la investigación, información, educación y respeto hacia esta enfermedad.

PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD

El abordaje de esta enfermedad debe erradicar en un tratamiento integral resultante de la combinación de distintos mecanismos que respondan no solo a la perspectiva biológica, sino, además, a su perspectiva social y encaminadas a mejorar la calidad de vida del paciente. Aquí cobra especial relevancia la adopción de hábitos de vida saludables que ayuden a prevenir enfermedades digestivas y el impacto que puede tener el exceso de peso en la salud.

Estas medidas incluyen una pérdida de peso moderada y sostenida, una alimentación equilibrada, actividad física regular y seguimiento médico, entre otras. Además, hay que tener en cuenta medidas psicológicas, fármacos de última generación y soluciones intervencionistas endoscópicas o quirúrgicas, que no solo son beneficiosas para la obesidad, sino también, para las patologías asociadas que conlleva. Todo esto debe ir acompañado de estrategias efectivas que permitan el correcto conocimiento de estos hábitos saludables y la comprensión de los consejos educativos y sanitarios.

La Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) es una institución privada sin ánimo de lucro, creada y promovida por la **Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD)** y sometida al protectorado del **Ministerio de Educación y Ciencia**. Entre sus objetivos principales destacan promocionar la salud digestiva de la población española, realizar campañas de prevención de las enfermedades digestivas mediante la educación sanitaria de la población, apoyar la investigación en gastroenterología y promover la formación de calidad de los profesionales sanitarios en esta especialidad. Cuenta con el apoyo y colaboración de los más de **3.340 especialistas** socios de la **Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD)**.

*Los contenidos de ConSalud están elaborados por periodistas especializados en salud y avalados por un comité de expertos de primer nivel. No obstante, recomendamos al lector que cualquier duda relacionada con la salud sea consultada con un profesional del ámbito sanitario.

ARCHIVADO EN [Obesidad](#) [Obesidad Infantil](#)

Te puede interesar



PACIENTES

CIS: Uno de cada cinco españoles ha pedido ayuda por salud mental en el último año

[Redacción](#)



PACIENTES

Barómetro Sanitario 2025: ¿Qué opinan los españoles de la sanidad pública?

[Redacción](#)



PACIENTES

Estos son los efectos que produce el estrés a nivel hormonal en nuestro organismo

[Redacción](#)

Lo + leído

1

Reparto de plazas en Sanidad: llegan los nuevos destinos para personal del SNS

2

Reestructuración histórica en la sanidad militar: Así afectará a la carrera del cuerpo de sanitarios

3

Doble precio para ciertos medicamentos en las farmacias: Sanidad busca frenar la escasez

4

Un nuevo documento redefine la atención al VIH en España, con enfermeras como protagonistas

5

Tecnología, sostenibilidad y liderazgo: las claves de la formación sanitaria en la UAX
