COMPLICACIONES DIGESTIVAS DE LA OBESIDAD

La obesidad no solo está relacionada con enfermedades metabólicas y cardiovasculares, sino que también afecta directamente al aparato digestivo, aumentando el riesgo de patologías como el **reflujo gastroesofágico, la enfermedad hepática, la litiasis biliar, la diverticulosis y diversos tipos de cáncer digestivo.**

Reflujo gastroesofágico y adenocarcinoma esofágico:

La obesidad, especialmente la central o abdominal, es el principal factor de riesgo independiente para la **enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE)**. El exceso de grasa visceral incrementa la presión intraabdominal, facilitando el ascenso del contenido gástrico hacia el esófago. Este fenómeno favorece la aparición de esofagitis, **hernia de hiato**, y en casos crónicos, la transformación del epitelio esofágico en un estado precanceroso denominado **esófago de Barrett.**

Estudios recientes señalan que el riesgo de padecer **adenocarcinoma esofágico** en personas con obesidad puede ser entre 2 y 4 veces mayor que en la población con peso normal, y en obesidad severa, este riesgo puede alcanzar hasta 4,8 veces más.

Los **trastornos funcionales del aparato digestivo**, como el **Síndrome del Intestino Irritable (SII)**, la **dispepsia funcional** y la **distensión abdominal crónica**, son más comunes en personas con obesidad. Aunque estos trastornos no se asocian a alteraciones estructurales visibles, generan un gran impacto en la calidad de vida debido al malestar persistente, dolor abdominal, gases o alteraciones del tránsito intestinal. La **obesidad abdominal**, la **inflamación de bajo grado**, los **cambios en la microbiota intestinal** y un mayor **estrés psicológico** podrían estar detrás de este aumento en la prevalencia y severidad de los síntomas digestivos funcionales.

Enfermedad hepática metabólica y cirrosis:

La obesidad es la causa más frecuente de **enfermedad hepática metabólica**, anteriormente conocida como hígado graso no alcohólico. Esta afección puede progresar a **esteatohepatitis**, fibrosis hepática, **cirrosis** y en última instancia, **carcinoma hepatocelular**. Se estima que hasta el **90% de las personas con obesidad mórbida** presentan algún grado de afectación hepática. La acumulación de grasa en el hígado, combinada con inflamación crónica y disfunción metabólica, convierte a la **Enfermedad hepática metabólica** en la principal causa emergente de trasplante hepático en Europa y EE. UU.

Litiasis biliar:

Las personas con obesidad tienen un mayor riesgo de desarrollar **cálculos biliares**, debido a la **hipersecreción de colesterol en la bilis y la disminución de la motilidad vesicular**. Además, las **pérdidas de peso drásticas**, frecuentes tras intervenciones médicas, endoscópicas o quirúrgicas pueden aumentar el riesgo de colelitiasis.

Pancreatitis:

La obesidad, en especial cuando se asocia a **hipertrigliceridemia**, es un factor de riesgo importante para el desarrollo de **pancreatitis aguda y crónica**. En estos casos, la inflamación del páncreas puede ser más intensa, con mayor riesgo de complicaciones sistémicas, ingresos prolongados e incluso mortalidad. Además, estudios recientes señalan una posible **relación emergente entre la obesidad y la esteatosis pancreática** —una acumulación anómala de grasa en el páncreas—, la cual podría contribuir al deterioro progresivo de su función exocrina y endocrina.

Diverticulosis:

La obesidad, en especial si se combina con sedentarismo y una dieta baja en fibra, se asocia con una mayor prevalencia de **diverticulosis colónica** y un riesgo elevado de desarrollar **diverticulitis aguda**. Estas complicaciones pueden derivar en episodios graves como **perforaciones intestinales, abscesos** y necesidad de intervención quirúrgica.

Cáncer digestivo: la obesidad como factor de riesgo

La obesidad está fuertemente vinculada con un **mayor riesgo de cáncer digestivo**, incluyendo **cáncer de esófago, hígado, vesícula biliar, páncreas, colon y recto**. Factores como la **resistencia a la insulina, la inflamación crónica, la alteración de hormonas intestinales y de la microbiota intestinal** favorecen la proliferación celular y el desarrollo de tumores malignos.

Contenido original por:

Dra. Pilar Esteban

Especialista de la Fundación Española del Aparato Digestivo
Médico especialista Ap. Digestivo. Nutrición clínica
Hospital General Universitario Morales Meseguer, Murcia