

# Obesidad, la pandemia del siglo XXI, según Clínicas Doctor Life

## **Cada 4 de marzo la OMS conmemora el Día Mundial de la Obesidad**

La obesidad ya ha alcanzado tasas de pandemia en toda Europa, las cifras continúan en aumento en todo el mundo. El Atlas Mundial de la Obesidad 2023, publicado por la Federación Mundial de Obesidad, predice que el impacto económico mundial de esta enfermedad crónica alcanzará los 4,32 billones de dólares anuales en 2035 y para entonces la mitad de la población mundial vivirá con sobrepeso u obesidad si no mejoran las medidas de prevención y tratamiento.

La obesidad es uno de los principales factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, entre las que se incluyen la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión y los accidentes cerebrovasculares, así como varios tipos de cáncer. El sueño insuficiente, que se ha vuelto endémico en los últimos años, se ha asociado de manera variable con un mayor riesgo de padecer esta patología. El riesgo de contraer estas enfermedades no transmisibles crece con el aumento del IMC.

El sobrepeso y la obesidad, así como las enfermedades no transmisibles vinculadas, pueden prevenirse en su mayoría. Los esfuerzos para combatirla suponen un reto debido a las ideas erróneas sobre la obesidad y al papel que desempeña en la salud de las personas.

En el plano individual, las personas pueden optar por realizar pequeños cambios en los hábitos alimenticios limitando la ingesta de grasa, de azúcares y alimentos procesados, así como aumentando el consumo de frutas y verduras, legumbres, cereales integrales y frutos secos.

Esto es importante ya que la alimentación poco saludable y la relación con la comida se asocian significativamente con la prevalencia de ansiedad, depresión y estrés llegando a aumentar el riesgo de obesidad en un 58% entre quienes tienen depresión. Por otro lado, las personas ansiosas tratan de mitigar esta ansiedad con comida, lo cual puede llevar a desarrollar obesidad.

Realizar actividad física de forma periódica también resulta esencial para controlar los niveles de grasa corporal.

En Clínicas Doctor Life son conscientes de las dificultades que atraviesan muchas personas que, por diferentes motivos, no son capaces de mantenerse en un rango de peso saludable, comprometiendo su salud y evidenciando, en algunos casos, algunos problemas añadidos a ese sobrepeso, fundamentalmente de carácter emocional. Son especialistas en tratamientos sin cirugía y no invasivos, que permitirán a las personas que quieran comenzar a tratar su exceso de peso poder conseguir resultados extraordinarios sin tener que someterse a ninguna operación.

Se destaca el Balón Elipse. En la Sala de Radiodiagnóstico el paciente ingerirá una cápsula que contiene un balón gástrico. Con este método, el paciente puede perder hasta 15 kilos en poco más de 100 días. El balón gástrico se desaloja del cuerpo pasados cuatro meses por medios naturales, sin necesidad de extracción médica. Es un tratamiento que no necesita anestesia, ni endoscopia.

Además, en Clínicas Doctor Life también disponen de un departamento de nutrigenómica, o nutrición personalizada y doctores especializados en cirugía bariátrica.

**Datos de contacto:**

Jessica Cristóbal Liñares

Dirección de Marketing de Clínicas Doctor Life

91 117 55 10

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina](#) [Nutrición](#) [Madrid](#) [Belleza](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>