



Conocer los mitos y realidades de la obesidad, ayuda a combatirla eficazmente

- *México ocupa el sexto lugar en obesidad en adultos.*
- *De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016, la prevalencia de sobrepeso y obesidad en México en adultos es de 73 %. **

Es común que un padecimiento incomprendido se rodee de mitos y creencias falsas, lo que puede retrasar su tratamiento provocando complicaciones serias a la salud que muchas veces, podrían ser irreversibles.

Tal es el caso de la obesidad, que de acuerdo con el Dr. Raúl Morín, Subdirector Médico Marketing **medix**[®]: **“Primero tenemos que entender que la obesidad es una enfermedad**, no sólo una cuestión de estética, por ello debemos darle la importancia que se merece. El hecho de que sea común no debe ser confundido con normal. Es sabido que ha alcanzado niveles epidemiológicos alarmantes en México lo cual, no es sencillo desacelerar o frenar. Son muchos los factores involucrados en la obesidad y de diversa índole, pero algo que no ayuda e incluso es perjudicial, son los mitos que hay alrededor de ella”. (Según el MGI** ha estudiado 74 intervenciones mundiales para abordar la obesidad; entre ellas se incluyen: tratamiento integral y personalizado, comidas escolares, etiquetado de calorías y nutrición, restricciones a la publicidad de alimentos y bebidas con alto contenido calórico y salud pública.)

Existen algunos mitos y realidades sobre la obesidad que es preciso aclarar para poder combatir dicho padecimiento de manera eficaz, como:

- **La obesidad es el primer factor de riesgo para desarrollar diabetes.** Esto es **CIERTO**. sólo en el caso de la diabetes tipo 2, asociada con factores externos como hábitos de alimentación, sedentarismo, genética, etc. considerados factores de riesgo. A diferencia de esto, la diabetes tipo 1 es una condición autoinmune que provoca que las células beta del páncreas no generen la insulina suficiente para vivir, o no puede ser aprovechada adecuadamente. En mujeres, la diabetes gestacional sucede cuando otras hormonas propias del embarazo compiten con la insulina, generando resistencia a ésta en el organismo. Es preciso tener un peso saludable antes, durante y después del embarazo para evitar el riesgo de adquirir diabetes tipo 2 cuando se termina el período de gestación.
- **La obesidad se cura bajando de peso. FALSO. La obesidad es una enfermedad crónica, que no se puede curar pero sí se puede controlar.** Bajar de peso no debe ser considerado algo temporal sino permanente, ya que el objetivo es reducir riesgos a la salud. Debe ser de manera saludable y se trata de llegar al peso saludable de cada individuo, no un estándar de moda o belleza.
- **La dieta de moda funciona para combatir la obesidad. FALSO.** Se debe ser cuidadoso con las dietas, ya que existen miles y se ponen de moda por temporada. Todos los cuerpos son diferentes y por ello **no a todos les hace bien el mismo régimen de alimentación, este debe ser personalizado.** En el caso de las personas que padecen obesidad, una alimentación balanceada y saludable se logra con una asesoría integral y personalizada por profesionales de la salud, para evitar descompensaciones por falta de nutrientes.



- **El estómago se puede hacer grande según la cantidad de alimentos que se ingieran, por su capacidad de distensión y generar obesidad. CIERTO.** El hipotálamo aloja los centros del hambre y de la saciedad, es decir, manda el mensaje al sistema digestivo para que la persona se sienta satisfecha. Cuando el centro de la saciedad cerebral está desequilibrado y consumimos más alimentos, la distensibilidad del estómago aumentará para acomodarlos. El estómago, puede dilatarse más y almacenar aproximadamente 4 litros de alimentos. La ingesta calórica y el gasto energético (homeostasis energética) reservan la energía en forma de grasa en el cuerpo.
- **Los fármacos y suplementos para tratar la obesidad, son malos. FALSO.** Son muy buenos y efectivos sí son prescritos por un profesional de la salud. **Es de vital importancia, evitar la autoprescripción para no tener resultados contraproducentes o daños a la salud.** En cuanto a los fármacos, sólo un médico puede prescribirlos e ingeridos de manera responsable por el paciente, se puede lograr el objetivo deseado de manera saludable.

La recomendación general por parte del Dr. Raúl Morín para combatir la obesidad es: “Ya que estamos hablando de una enfermedad, debe ser tratada como tal. Es preciso acudir al médico, al profesional de salud, al personal capacitado para evitar caer en la charlatanería y atacar el padecimiento de manera saludable y efectiva. **Sólo bajo soluciones integrales, personalizadas y multiprofesionales se logrará mejorar los resultados. Es la salud la que está en juego**”.

* Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016: Páginas: 128 • Tamaño: 21.5 x 28cm • Formato: Rústica • Año: 2017 ISBN: 978-607-511-160-5

**McKinsey Global Institute:

https://www.mckinsey.com/~/media/McKinsey/Business%20Functions/Economic%20Studies%20TEMP/Our%20Insights/How%20the%20world%20could%20better%20fight%20obesity/MGI_Overcoming_obesity_Full_report.ash

Para mayor información comunícate al 01800 36 63349 o visita la página web: www.medix.com.mx

Relaciones Públicas *medix*[®]:

Ana María Estrella | aestrella@medix.com.mx
Penélope Rangel | prangel@medix.com.mx

Contacto de Prensa:

Manolo Castro | Relaciones Públicas
Cel. 5559070613
Mail. manolocb@me.com

Male Agis | Relaciones Públicas
Cel. 5510783406
Mail. male.agis@gmail.com

Acerca de *medix*[®]

medix[®] es una empresa farmacéutica 100% mexicana, con más de 60 años en el mercado, orientada a la investigación, desarrollo, fabricación y comercialización de productos químicos de sobrepeso y obesidad y de enfermedades asociadas a este padecimiento, lo que ha llevado a *medix*[®] a ser líderes en el mercado en este segmento.

Ha integrado en su portafolio las líneas de **Gastroenterología y Salud Femenina**, con el objetivo de robustecer las opciones para brindar salud a la población.

medix[®] apoya el tratamiento integral y personalizado para **Sobrepeso y Obesidad**, basado en un equipo multidisciplinario, a favor del uso racional de medicamentos en caso de ser requerido, de la prescripción y seguimiento al tratamiento, por un profesional de la salud.

Por más de 20 años, en *medix*[®] han contribuido con el bienestar de la población Centroamericana y del Caribe a través de la distribución y comercialización de su línea farmacéutica en esta región.

Su dinamismo los ha llevado a incrementar las posiciones geográficas en Latinoamérica con la expansión a Paraguay y Ecuador, así como cruzar los continentes y poder iniciar la comercialización en Europa a través del mercado español, puerta de entrada y punta de lanza para el continente europeo y asiático.

Página Web: www.medix.com.mx

Facebook: [@medixMx](https://www.facebook.com/medixMx)