



Revista Española de Nutrición Humana y Dietética

www.elsevier.es/dietetica



CRÍTICA DE LIBROS

Obesidad: manual teórico-práctico

Obesity: Theoretical-Practical Manual

Autores: Clotilde Vázquez Martínez, Ana Isabel de Cos Blanco, Coral Calvo Bruzos y Consuelo López Nomdedeu

Editorial: Díaz de Santos. Madrid, 2011

ISBN: 978-84-996902-2-3

Idioma: castellano

N.º de páginas: 584

Encuadernación: Rústica

Material anejo: 1 CD-ROM

Síntesis

Este libro pretende dar una visión integral del origen de la enfermedad, su presencia en el mundo, el perfil epidemiológico, su evolución en el tiempo, las necesidades de formación del personal sanitario, las soluciones dietéticas, de ejercicio físico y farmacológicas, la valoración de las controversias surgidas sobre las dietas de adelgazamiento y la importancia de abordar este problema desde la infancia. Pero también ha querido recoger lo más importante de la eclosión de conocimientos que la investigación básica ha producido en la última década en torno al protagonismo de las hormonas del propio tejido adiposo, del aparato digestivo, de la participación de biomarcadores inflamatorios, neurotransmisores y de la complejísima regulación de todo ello a nivel central y periférico. Se ha reflexionado sobre la práctica clínica diaria con sus muchas limitaciones: carencia de tiempo, ausencia de herramientas diagnósticas estandarizadas, programas de tratamiento diferenciados eficaces, conocimiento de las diferentes presentaciones de la enfermedad y sus perfiles pronósticos, así como de las modalidades terapéuticas, junto con una fuerte presión de negocios sin respaldo científico pero con poderosa influencia económica que distorsiona los tratamientos que, al no ser adecuadamente comprendidos y combatidos, causan confusión en profesionales, pacientes y público en general. En resumen, este libro aporta una visión clínica rigurosa, una proyección educativa y de promoción de la salud, desde un posicionamiento ético y con el espíritu práctico de quienes llevan muchos años trabajando y enseñando en torno a esta enfermedad y sus consecuencias.

Comentarios del experto

En los últimos tres decenios se ha producido un incesante incremento de la prevalencia de obesidad en el mundo, y muy especialmente en los países desarrollados. Actualmente, la gran prevalencia de la acumulación adiposa y sus comorbilidades constituye un reto sanitario de primera magnitud. En este marco es del máximo interés y muy necesaria la aparición de textos que aborden con las debidas extensión, profundidad y calidad los múltiples retos teóricos y prácticos que plantean en la práctica diaria la prevención y el tratamiento de la obesidad y sus comorbilidades.

El excelente libro *Obesidad: manual teórico-práctico*, recientemente publicado, está destinado especialmente a los médicos de atención primaria, pero también a otros distintos profesionales de las ciencias de la salud que están implicados en este gran reto sanitario. Las directoras-coordinadoras del libro (Clotilde Vázquez, Ana Isabel de Cos, Coral Calvo y Consuelo L. Nomdedeu) son excelentes expertas con dilatada experiencia en este difícil campo de la lucha contra la obesidad y sus comorbilidades. Como consta en la "Presentación", la idea inicial del libro era dotar a los alumnos del curso de Experto Universitario de Obesidad de la UNED de un material actualizado y útil acorde con las exigencias del curso. No obstante, y por fortuna, el proyecto inicial de las editoras se amplió hasta alcanzar el magnífico resultado obtenido.

La parte nuclear del libro consta de 27 capítulos, tiene una extensión de 451 páginas y está redactado por 45 autores, todos ellos expertos en las distintas materias tratadas. A esta extensión hay que añadir 103 páginas más dedicadas a los anexos, a los que más adelante se hace especial referencia. Los primeros cuatro capítulos están dedicados a tratar, con autoridad y suficiente extensión, conceptos básicos relativos a la obesidad: diagnóstico y clasificación, epidemiología, etiopatogenia y comorbilidades y síndrome metabólico.

En los siguientes diez capítulos (5-14) se tratan con excelente criterio y profundidad los principios y las estrategias en que debería basarse el tratamiento de la obesidad. En el primero de estos capítulos, titulado "Estrategias y gestión en el abordaje interdisciplinar de la obesidad", las autoras (A.I. de Cos, B. Rodríguez, H. García-Llana y C. Vázquez), excelentes profesionales de los hospitales universitarios de Madrid La Paz y Ramón y Cajal, exponen con gran detalle cómo deberían ser las estrategias y la gestión del trata-

miento de la obesidad en los diversos niveles de asistencia, de acuerdo con los distintos consensos internacionales sobre el tema. Por desgracia, y más en el momento actual, estos tratamientos complejos y estructurados sólo pueden estar al alcance de muy pocos centros en nuestro país. Los restantes capítulos de este grupo están dedicados a distintos aspectos de la dieta, a la lucha para mantener el peso perdido, al papel de los alimentos funcionales, a los aspectos psicológicos y finalmente, en dos extensos y excelentes capítulos, se aborda el estudio de la actividad física que, hasta ahora, ha sido una auténtica cenicienta en el tratamiento de la obesidad en nuestro país. Los siguientes seis capítulos (15-20), también de gran nivel, están dedicados al tratamiento farmacológico de la obesidad y sus comorbilidades, la cirugía bariátrica y la obesidad infantil.

El contenido de los capítulos 21-24 merece una mención especial. Todos sabemos que la obesidad es un trastorno crónico de génesis multifactorial y de muy difícil tratamiento, y que el posible éxito terapéutico sólo puede confirmarse tras el mantenimiento del peso perdido a largo plazo. Se trata "simplemente" de conseguir "cambios permanentes en los hábitos de vida", como tantas veces se ha repetido. Sin embargo, esta frase expresa un objetivo muy difícilmente alcanzable. Como es bien conocido, la actual epidemia de obesidad depende de profundos cambios en las sociedades modernas, especialmente en el mundo desarrollado, en el ámbito económico, tecnológico, antropológico, social y cultural. Pese a esta indudable realidad, estos temas son con frecuencia marginados en los libros, las revistas y las reuniones científicas sobre obesidad. Suele concederse más interés al descubrimiento de un nuevo polimorfismo de un gen relacionado con la obesidad o una nueva molécula vinculada al balance energético, cuando estos probablemente nunca tendrán utilidad práctica en el tratamiento de la obesidad, que a profundos estudios en el ámbito de las ciencias sociales relacionados con las causas de la epidemia de obesidad. De este libro, en cambio, hay que destacar los cuatro excelentes capítulos dedicados a este tema fundamental, redactados por dos autoras, Consuelo López-Nomdedeu y Coral Calvo, grandes expertas en salud pública, nutrición comunitaria y comunicación en salud.

Un muy importante valor añadido de este libro es la inclusión de 17 anexos que contienen otros tantos documentos y textos de especial interés. Los nueve primeros, que ocupan las últimas 103 páginas del libro y también se incluyen en el CD que acompaña al manual, contienen los siguientes documentos y textos de relevante interés: tablas de composición de alimentos y contenido medio de nutrientes por grupos alimentarios, tablas de uso clínico en obesidad, cuestionarios de evaluación en el paciente obeso, módulos de dietas y listado de intercambios, tablas e intercambios de actividad física, recomendaciones de ingesta en términos de nutrientes, las "dietas mágicas" o "milagrosas", taller de preparación a la cirugía bariátrica y el control a distancia (telemedicina) en el tratamiento de la obesidad. Finalmente, los últimos ocho anexos (sólo en formato CD) contienen documentos y consensos de gran interés sobre distintos aspectos de la obesidad emitidos por organismos y sociedades científicas nacionales e internacionales. Su simple enumeración revela el extraordinario interés que supone disponer en un único CD de todos estos documentos y consensos: estrategia NAOS, estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud (OMS), guía de práctica clínica sobre la prevención y el tratamiento de la obesidad infantojuvenil, guía de práctica clínica SEEN: obesidad en adultos, recomendaciones y algoritmo de tratamiento de la obesidad en la persona adulta (consenso SEEN), criterios de derivación en obesidad: comisión de asistencia SEEN, declaración y consenso SEEDO 2007, y consenso de cirugía bariátrica (SEEDO).

Del texto de esta recensión se deduce la sincera felicitación a las editoras del manual y la viva recomendación de la adquisición de este libro a todos los estudiosos y científicos interesados en el tema de la acumulación adiposa y sus comorbilidades, y muy especialmente a los médicos de atención primaria y otros profesionales de las ciencias de la salud que en su trabajo diario deben intervenir directa o indirectamente en la difícil y compleja lucha de la preventión y tratamiento de la obesidad.

Marius Foz

Correo electrónico: mario.foz@gmail.com