

## Obesidad y problemas alimenticios

Según explica el doctor Aurelio Rapado en su libro *La salud de la mujer*, el 35 por ciento de las mujeres adultas están obesas, mientras que el 50 por ciento padece sobrepeso. La prevalencia aumenta con la edad y es mayor en mujeres de 45 a 55 años. "No hay tratamientos milagrosos para este problema, por lo que es fundamental introducir cambios en el comportamiento: reducir la ingesta de calorías (1.000 al día) con una dieta equilibrada, cambiar los hábitos alimenticios e

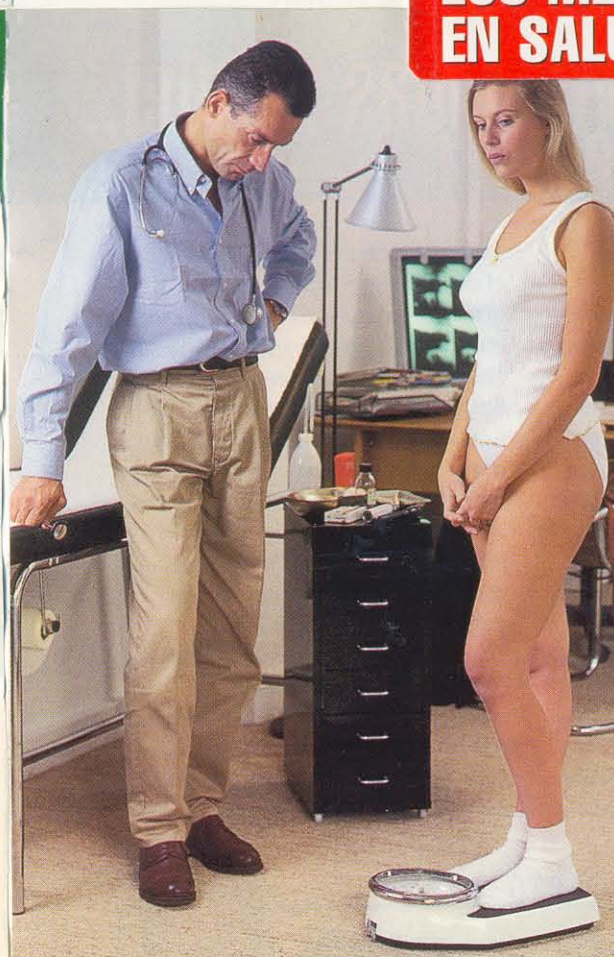
incrementar el ejercicio físico. Los tratamientos de adelgazamiento deben ser prescritos y seguidos por el profesional correspondiente".

**Clínica del Doctor Mariscal Bueno.** C/ Alcalá, 128, Esc. izda., 2º A. 28009 Madrid. Tel.: (91) 401 13 09. Urgencias: 607 40 67 70. Sucursal en Alburquerque (Badajoz). Tel.: 607 67 77 77. E-mail: [info@doctormariscal.com](mailto:info@doctormariscal.com). Su dirección en Internet es: [www.doctormariscal.com](http://www.doctormariscal.com). Ofrece tratamientos personalizados de sobrepe-

### LA OPINION DEL EXPERTO\*

#### "Hay que recuperar la dieta mediterránea"

**Dr. Gregorio Mariscal, especialista en Nutrición y Estética.** "En los últimos años, la preocupación por problemas de nutrición ha crecido de forma importante. El aumento de las enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares que ha conllevado el abuso de comida rápida de la cultura anglosajona y el repentino incremento del número de personas con problemas de trastornos del comportamiento alimentario (obesidad, bulimia y anorexia nerviosa) han motivado que volvamos a tomar conciencia de los beneficios de nuestra dieta mediterránea y cuidemos más la alimentación. En el campo de la nutrición se han producido dos importantes avances en esta década: el descubrimiento de determinados genes implicados en el desarrollo de la obesidad (que ha abierto expectativas en futuros tratamientos) y el desarrollo de dos fármacos: el Xenical (inhibidor de la lipasa pancreática y gástrica), ya comercializado, y la Sibutramina, a punto de salir al mercado, que pueden ayudar a muchas personas con problemas de obesidad, abriendo nuevas líneas de tratamiento".



Informe especial

## LOS MEJORES CENTROS EN SALUD FEMENINA

p. 90

¿Quiere perder peso? Pida el apoyo de un especialista para evitar problemas.

capacidad para perder peso. Se realiza mediante intervenciones quirúrgicas restrictivas para reducir la capacidad del aparato digestivo y, por consiguiente, provocar saciedad con pequeñas cantidades de alimento, o intervenciones malabsortivas que suprimen el recorrido de los alimentos por las zonas intestinales donde se absorben. En el área de la medicina estética, realiza el tratamiento de la celulitis con mesoterapia (homeopática, fitoterápica o alopatía) y presoterapia (botas de masaje para las varices y piernas cansadas). También ofrece servicios de cirugía estética facial y

so y obesidad, analizador corporal de grasa, formulación magistral, homeopatía y diversidad de dietas y métodos, adaptados a cada paciente. En este centro también se practica la cirugía bariátrica, para el tratamiento de la obesidad severa o mórbida (sobrepeso por encima de 45 kg. del peso ideal o con índice de masa corporal mayor de 40), cuando han fracasado los tratamientos no quirúrgicos, y se ha demostrado su

corporal, y distintas técnicas láser (quirúrgico, CO<sub>2</sub> y erbio).

Según el director del centro, los problemas más tratados son los de sobrepeso, seguidos de tratamientos de celulitis y tratamientos de cirugía plástica en general.