

Cirugía bariátrica: herramienta efectiva para tratar la obesidad

La obesidad es una enfermedad crónica que afecta de manera significativa la salud y la calidad de vida de millones de personas. En este contexto, la cirugía bariátrica se ha consolidado como una de las alternativas terapéuticas más efectivas para el tratamiento de la obesidad severa y de las enfermedades asociadas a esta condición.

Los procedimientos más utilizados en la actualidad son la gastrectomía en manga (más conocida como manga gástrica) y el bypass gástrico. La manga gástrica consiste en la resección de una gran parte del estómago, dejándolo con forma tubular, lo que reduce la cantidad de alimento que se puede ingerir y genera cambios hormonales que disminuyen el apetito. El bypass gástrico, por su parte, crea un estómago pequeño y desvía una porción del intestino delgado, reduciendo tanto la ingesta como la absorción de calorías, siendo especialmente eficaz en el tratamiento de enfermedades metabólicas como la diabetes tipo 2.

La cirugía bariátrica está indicada principalmente en personas con índice de masa corporal (IMC) igual o superior a 40, independiente si tienen o no enfermedades asociadas; IMC entre 35 y 40 cuando existen enfermedades asociadas como resistencia a insulina, prediabetes, diabetes, hipertensión arterial, apnea del sueño, hígado graso, dislipidemia o reflujo gastroesofágico, entre otras; y con IMC entre 30 y 35 cuando existen enfermedades de difícil control y que aumentan significativamente el riesgo cardiovascular, como la diabetes tipo 2 de difícil control metabólico, hipertensión severa, apnea del sueño severa o pacientes que tengan enfermedad articular que requieran bajar de peso para ser candidatos a cirugías de reemplazo articular. Además, se considera fundamental que el paciente haya intentado previamente bajar de peso mediante tratamientos médicos y cambios en el estilo de vida sin lograr resultados duraderos.

Antes de la intervención, los pacientes son

evaluados por un equipo multidisciplinario que incluye cirujano, nutricionista, psicólogo, nutriólogo, kinesiólogo y otros especialistas, según las patologías y grado de obesidad de cada individuo, es decir, es una evaluación personalizada. Este proceso contempla exámenes de laboratorio, estudios cardiológicos, ecografía abdominal y una endoscopia digestiva alta, con el objetivo de asegurar que la cirugía sea segura y adecuada para cada persona. Adicionalmente, se indican cambios progresivos en la alimentación para preparar al organismo.

Después de la operación, la alimentación se realiza por etapas: primero líquidos, luego papillas, posteriormente alimentos blandos y finalmente sólidos, siempre en porciones pequeñas y bajo supervisión nutricional. Estos cambios son clave para el éxito del tratamiento.

Si bien se trata de una cirugía mayor, los riesgos son actualmente bajos cuando el procedimiento se realiza en centros especializados. Las complicaciones más frecuentes pueden incluir sangrado, infecciones o filtraciones, mientras que a largo plazo pueden presentarse déficits de vitaminas o minerales, razón por la cual el seguimiento médico permanente es esencial.

En tanto, la recuperación suele ser rápida, pues la hospitalización generalmente es de un día y la mayoría de los pacientes puede retomar actividades cotidianas livianas en un par de semanas, reincorporándose al trabajo alrededor de la tercera semana, según el tipo de actividad laboral.

El seguimiento es continuo y de largo plazo. Durante el primer año los controles son más frecuentes y luego se mantienen de forma periódica. Este seguimiento permite evaluar la baja de peso, detectar déficits nutricionales y apoyar al paciente en los cambios de hábitos necesarios.

En cuanto a los resultados, se estima que los



Dr. Pablo Marín, subdirector Quirúrgico de Clínica Colonial

pacientes logran perder entre un 60% y un 80% del exceso de peso durante los primeros 6 a 12 meses posteriores a la cirugía. Además de la baja de peso, la cirugía bariátrica demuestra una alta efectividad en la mejoría o remisión de enfermedades asociadas como la diabetes tipo 2, la hipertensión arterial, la apnea del sueño y las dislipidemias, contribuyendo también a una reducción significativa del riesgo cardiovascular.

Los beneficios se reflejan no solo en la salud física, sino también en la calidad de vida, la movilidad, la autoestima y el bienestar emocional de los pacientes. La disminución del dolor articular, el aumento de la energía y una mayor independencia para realizar actividades diarias son algunos de los cambios más destacados.

El éxito a largo plazo de la cirugía bariátrica depende del acompañamiento continuo, especialmente en el ámbito nutricional y psicológico, así como del compromiso del paciente con la adopción de hábitos saludables. Sin duda, esta cirugía es una herramienta poderosa, pero su efectividad se maximiza cuando existe un trabajo conjunto entre el paciente y el equipo de salud.