Publicado en el 19/07/2016

# [¡Cuidado! 80% de la gente que hace dieta, sube de peso](http://www.notasdeprensa.es)

## El 80 por ciento de las personas que llevan una dieta y logran bajar de peso pueden volver a padecer obesidad o sobrepeso, aseguró elpresidente del Colegio Mexicano de Bariatría, David Montalvo Castro.

 Los resultados adversos se deben a factores que afectan el modelo de consumo de alimentos, pues se toman decisiones incorrectas al momento de ingerir productos con un bajo valor nutrimental, sin saber el impacto en la salud, indicó el especialista. Algunos factores son la falta de información completa para los consumidores y diversas fallas de mercado que conllevan al consumidor a tomar decisiones poco racionales respecto a su alimentación", señaló Montalvo Castro. Como es el caso de creencias mal fundamentadas del valor nutritivo de los alimentos, información no veraz o incompleta, un efecto de transmisión de hábitos de padres a hijos", agregó el especialista, de acuerdo con un comunicado del Colegio Mexicano de Bariatría. El especialista sugirió realizar cambios en la forma de orientar los tratamientos de obesidad, así como una mayor intervención de las autoridades de salud para que la población cambie los malos hábitos y se tomen mejores decisiones alimentarias. La obesidad se considera una enfermedad cardiometabólica, pues el tejido adiposo en exceso segrega sustancias que afectan a la salud, como inflamación de baja intensidad en el endotelio vascular y en otros órganos, lo que acelera el taponamiento de las arterias con colesterol (aterosclerosis), explicó el médico. El bariatra mencionó que al reducir la masa de grasa baja el riesgo de padecer hipertensión arterial, infartos y otras enfermedades cardiovasculares, pues el sobrepeso es una condición que puede afectar a las personas en cualquier etapa de su vida, donde en algunas ocasiones se vuelven obesas casi sin percibirlo. No tenemos una cultura de comer saludable con las porciones correctas, aunadas al sedentarismo que provoca la obesidad, la preocupación por perder kilos y no específicamente grasa, más las pocas horas de sueño, malos hábitos de alimentación y el estrés hace que las personas vivan eventos devastadores", resaltó Montalvo Castro. El especialista recomendó evitar el uso de medicamentos para inhibir el hambre por sus efectos secundarios, además, aseguró que la obesidad no solo depende de aspectos biológicos, sino también a problemas sociales y psicológicos. Por ello, señaló, es primordial que el paciente reciba una atención integral y multidisciplinaria que abarque los ámbitos biológicos, psicológicos y sociales. El contenido de esta nota fue publicado por elheraldoslp.com.mx

**Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/cuidado-80-de-la-gente-que-hace-dieta-sube-de](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Nacional Nutrición Medicina alternativa



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)