

La SEEN insta a las instituciones a concienciar a la población sobre que la obesidad es una enfermedad y no una cuestión de estética

- Los endocrinólogos alertan de que algunas actitudes contribuyen a trivializar esta patología, especialmente en verano, ya que algunas personas pretenden perder peso con la única finalidad de tener la figura corporal que desean, sin que exista una necesidad real.
- Es necesario tener un especial cuidado con las altas temperaturas cuando la obesidad condiciona o favorece otras enfermedades como la diabetes tipo 2, la hipertensión o la insuficiencia cardiaca.
- Los fármacos para el tratamiento de la obesidad, al ser inyectables, requieren unas condiciones de conservación especiales para asegurar su eficacia y seguridad, por lo que los especialistas recomiendan revisar los prospectos.

Madrid, 28 de julio de 2025.- La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) incide en la importancia de vigilar especialmente nuestra salud ante las altas temperaturas del periodo estival, aunque no se padezca ninguna enfermedad. En el caso de la obesidad, la Dra. Irene Bretón, coordinadora del Área de Obesidad de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), manifiesta que esta patología, por sí misma, no condiciona un mayor riesgo de deshidratación u otras complicaciones. Sin embargo, es necesario tener un especial cuidado cuando la obesidad condiciona o favorece otras enfermedades como la diabetes tipo 2, la hipertensión o la insuficiencia cardiaca. Estas enfermedades, por sí mismas o por los tratamientos que precisan, requieren una mayor atención durante las épocas de más calor, ya que pueden aumentar el riesgo de deshidratación y otras complicaciones. Además, las personas con obesidad grave pueden presentar alteraciones en la piel como consecuencia del exceso de sudoración.

Por otra parte, la facultativa subraya también que es esencial el papel de las instituciones para sensibilizar a la sociedad, sobre todo en verano, en relación a que tener un peso adecuado no es una cuestión de estética sino de salud. Por ello, la endocrinóloga advierte que algunas actitudes contribuyen a trivializar esta enfermedad, especialmente en esta época, ya que algunas personas pretenden perder peso con la única finalidad de tener la figura corporal que desean, sin que exista una necesidad real, y utilizando en ocasiones métodos de eficacia no comprobada o que pueden ser peligrosos para la salud. *“La obesidad, entendida como un exceso de grasa corporal es perjudicial para la salud. Este es, sin duda, un hecho constatado. En un problema global, con una prevalencia creciente, que afecta a todos los países y exige una estrategia coordinada, con medidas preventivas y de abordaje clínico. No es un problema estético”*, asevera la experta.

Una estrategia global para el abordaje de la obesidad, fundamental

En este sentido, los endocrinólogos enfatizan que es vital considerar el problema de la obesidad desde una perspectiva integral, implementando medidas preventivas y de abordaje clínico, evitando estigmatizar a las personas que padecen esta enfermedad. “*Para ello, se requieren recursos y medidas concretas, pero sobre todo se necesita coordinación*”, insiste la coordinadora del Área de Obesidad de la SEEN. Asimismo, la SEEN aboga por proporcionar un mayor conocimiento sobre la enfermedad, las causas que la favorecen, las complicaciones y las dificultades que afrontan las personas.

En cuanto a los posibles efectos secundarios de los nuevos medicamentos para el tratamiento de la obesidad, que ayudan a regular la sensación de hambre y saciedad y ejercen efectos beneficiosos a muchos niveles, los más frecuentes son problemas digestivos como náuseas o vómitos, especialmente las primeras semanas del tratamiento. “*Estos síntomas pueden favorecer la deshidratación si no se aportan los fluidos necesarios, especialmente si la temperatura es elevada. Por otro lado, algunos estudios han descrito un descenso de la ingesta de agua en las personas que reciben estos fármacos*”, explica la Dra. Bretón.

Conservación de los medicamentos en verano

En relación al mantenimiento de estos tratamientos en el periodo estival, los fármacos para el tratamiento de la obesidad, al ser inyectables, requieren unas condiciones de conservación especiales, que aparecen reflejadas en los prospectos, para asegurar su eficacia y seguridad. Además, las personas que los tienen prescritos pueden consultar a su equipo clínico o al farmacéutico. “*En general, se recomienda que se conserven los dispositivos a una temperatura inferior a 30º o bien en la nevera (de 2 a 8 º C), protegidos de la luz*”, indica la especialista.

Asimismo, es fundamental prestar especial atención a la alimentación en verano, por lo que la SEEN recomienda consumir más alimentos frescos, frutas y verduras, legumbres, por ejemplo, en ensaladas, carnes y pescados a la plancha y evitar los alimentos ultraprocesados. Por otra parte, es esencial ingerir suficiente cantidad de líquidos y eludir refrescos y bebidas alcohólicas. En cuanto al ejercicio físico, el verano es una gran oportunidad para adquirir hábitos de vida saludable, aunque no se debe practicar en las horas de más calor y mantenerse hidratado, anticipándose a la sensación de sed.

Sobre SEEN

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta principalmente por médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición y por otros titulados del ámbito biomédico que trabajan en el campo de la Endocrinología, Diabetes, Nutrición y Metabolismo para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por 2.474 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una

Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

Gabinete de prensa



BERBES - 91 563 23 00

Vanessa Martín / Isabel Torres/ Ana Serrano

vanesamartin@berbes.com; isabeltorres@berbes.com; anaserrano@berbes.com