



Obesidad, psicología y su relación con la enfermedad por Covid-19

Obesity, psychology and its relation to Covid-19 disease

Lic. Brenda Carolina Téllez Silva
Egresada de la FES Zaragoza, UNAM
kro_brenda@hotmail.com

Resumen

La presente revisión aborda las temáticas de la obesidad, la psicología y la enfermedad de COVID-19, así como su impacto en la salud integral y la condición de peso y la terapéutica psicológica. Para ello se hace una revisión bibliográfica en artículos científicos publicados en el año 2020, ya que se considera muy importante identificar el impacto de la enfermedad infectocontagiosa en las condiciones de pandemia: encierro, prevención y consecuencias. Los resultados obtenidos muestran la importancia de los factores de riesgo asociado en las enfermedades crónico-degenerativas y las relaciones con el COVID 19.

Palabras clave: obesidad, psicología, COVID-19, teleterapia, factor de riesgo.

Abstract

This review addresses the topics of obesity, psychology and COVID-19 disease, as well as its impact on comprehensive health and weight status and psychological therapy. For this, a bibliographic review is made in scientific articles published in 2020, since it is considered very important to identify the impact of the infectious disease in pandemic conditions: confinement, prevention and consequences. The results obtained show the importance of the associated risk factors in chronic degenerative diseases and the relationships with COVID 19.

Keywords: obesity, psychology, COVID-19, teletherapy, risk factor.

Recibido el 17 de junio de 2020.
Aceptado el 29 de noviembre de 2020.



Psic-Obesidad está distribuido bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional.

Balluerka-Lasa, N (Coord)(2020). Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento informe de investigación. España: Servicio de Publicaciones de la Universidad del País Vasco Euskal Herriko Unibertsitateko Argitalpen Zerbitzua.

... se consideró necesario realizar una investigación que combine la metodología cualitativa y la cuantitativa, que utilice muestras amplias y que proporcione una visión científica rigurosa del impacto psicológico asociado a la pandemia por COVID-19, al confinamiento en la población española, y a la crisis socio-económica asociada. Esta investigación, además de tener importancia en sí misma por la valiosa información que puede proporcionar, pretende servir también para la formulación empírica de recomendaciones de afrontamiento de la situación dirigidas a la población general y, más específicamente, a la población más vulnerable y afectada por la crisis sanitaria y económica. La investigación se organiza en dos estudios: un primer estudio cualitativo mediante entrevistas en profundidad y un segundo estudio mediante encuesta. Los objetivos de cada uno de los estudios se presentan a continuación.

Boldrini, T., Lomoriello, A. Sch., Del Corno, F., Lingiardi, V., & Salcuni, S. (2020). Psychotherapy During COVID-19: How the Clinical Practice of Italian Psychotherapists Changed During the Pandemic. *Front Psychol*, 11, 591170. doi: 0.3389/fpsyg.2020.591170

Las siguientes recomendaciones pueden ayudar a los formuladores de políticas, asociaciones profesionales y practicantes a promover la continuidad de los tratamientos de psicoterapia durante el brote de COVID-19 y en futuras emergencias: (i) difundir programas de capacitación para practicantes en telepsicoterapia, (ii) apoyar a los pacientes a acceder pragmáticamente a un espacio privado en el hogar, (iii) alentar a los profesionales a utilizar videoconferencias (en lugar del teléfono) para brindar terapia remota, y (iv) aumentar la aceptación de la telepsicoterapia entre los médicos y el público en general.

Callahan, J.L (Ed.)(2020). Introduction to the special issue on telepsychotherapy in the age of COVID-19. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 155-159. dx.doi.org/10.1037/int0000231

La aplicación de la Psicoterapia ha cambiado rápidamente en función de las recomendaciones de distanciamiento físico de la Organización Mundial de la Salud que apunta a evitar los contagios de la transmisión de COVID-19 durante una pandemia global. Ha surgido la necesidad consiguiente de una rápida aplicación de la ciencia psicológica en la atención prestada a través de la telepsicoterapia... este número especial ampliado dedicado enteramente al tema de la telepsicoterapia en la era del COVID-19.

Dietz, W., & Santos-Burgoa, C. (2020). Obesity and its Implications for COVID-19 Mortality. *Letter to the Editor, Obesity* 28(6), 1005 doi: 10.1002/oby.22818.

... Aunque los efectos del COVID-19 en los pacientes con obesidad aún no se han descrito bien, la experiencia de la influenza H1N1 debería servir como una advertencia para el cuidado de los pacientes con obesidad y particularmente de los pacientes con obesidad severa. La prevalencia de obesidad en adultos y obesidad severa en 2017 a 2018 ha aumentado desde 2009 a 2010 y ahora es 42 por ciento y el 9 por ciento respectivamente. Estas observaciones sugieren que la proporción de pacientes con obesidad, obesidad severa e infecciones por COVID-19 aumentará en comparación con la experiencia del H1N1, y la enfermedad probablemente tendrá un curso más severo en tales pacientes. Estas observaciones también enfatizan la necesidad de una mayor vigilancia, prioridad en la detección y las pruebas, y una terapia intensa para pacientes con obesidad e infecciones por COVID-19.

Ferrer, R. A., Taber, J. M., Sheeran, P., Bryan, A. D., Cameron, L. D., Peters, E., Lerner, J. S., Grenen, E., & Klein, W. M. P. (2020). The role of incidental affective states in appetitive risk behavior: A meta-analysis. *Health Psychology*, 39(12), 1109–1124. <https://doi.org/10.1037/hea0001019>

Las conductas de riesgo alimentario (CRA), incluido el consumo de tabaco, de alcohol, de alimentos ricos en calorías o bajos en nutrientes y los comportamientos de riesgo sexual, contribuyen sustancialmente a la morbilidad y la mortalidad. Los estados afectivos que surgen de una amplia gama de circunstancias no relacionadas (es decir, afecto incidental) pueden traspasar para influir en CRA. Se necesita un meta análisis para examinar sistemáticamente la evidencia causal del papel del afecto incidental (incluidas las emociones específicas) en la influencia del CRA... los hallazgos sugieren la importancia de las estrategias para atenuar el afecto negativo incidental a los BRA para facilitar patrones de comportamiento más saludables, especialmente entre las personas clínicamente en riesgo.

Freedland, K. E., Dew, M. A., Sarwer, D. B., Burg, M. M., Hart, T. A., Ewing, S. W. F., . . . Kaufmann, P. G. (2020). Health psychology in the time of COVID-19. *Health Psychology, 39*(12), 1021-1025. <http://dx.doi.org/10.1037/hea0001049>

La Psicología de la Salud ha recibido numerosos artículos durante los últimos meses sobre temas relacionados con la pandemia de COVID-19. Muchos de ellos se refieren a la depresión, la ansiedad, el estrés u otras formas de angustia en la población en general o en los trabajadores de la salud. Hemos recibido muchos menos artículos sobre los comportamientos de salud relacionados con el COVID y las comunicaciones de salud, factores que han jugado un papel central en la propagación de la pandemia y que son temas importantes en la psicología de la salud... la literatura científica publicada sobre la pandemia... arrojó más de 23,000 artículos en inglés relacionados con COVID-19. Más de 1.400 de ellos se referían a temas que están dentro del alcance de la Psicología de la Salud.

Hamer, M., Gale, C.R., Kivimäki, M., & Batty, G.D. (2020). Overweight, obesity, and risk of hospitalization for COVID-19: A community-based cohort study of adults in the United Kingdom. *Proc Natl Acad Sci U S A, 117*(35), 21011–21013. DOI: 10.1073/pnas.2011086117

Se desconoce el papel de la obesidad y el sobrepeso en la aparición de COVID-19. Sin embargo, la obesidad general y central son factores de riesgo para el ingreso hospitalario por COVID-19. El riesgo elevado fue evidente incluso con un aumento de peso modesto. Los mecanismos pueden implicar alteraciones del metabolismo de la glucosa y de los lípidos.

Hussain, A., Mahawar, K., Xia, Z., Yang, W., & El-Hasani, S. (2020). Obesity and mortality of COVID-19. Meta-analysis. *Obes Res Clin Pract. 14*(4), 295-300. doi: 10.1016/j.orcp.2020.07.002

La obesidad es una enfermedad mundial con al menos 2,8 millones de personas que mueren cada año como resultado de tener sobrepeso u obesidad, según las cifras de la organización mundial de la salud. Este artículo tiene como objetivo explorar los vínculos entre la obesidad y la mortalidad en COVID-19. [Encontraron que] los pacientes con obesidad tienen un alto riesgo de mortalidad por infección por COVID-19.

Inchausti, F., MacBeth, A., Hasson-Ohayon, I., & Dimaggio, G. (2020). Psychological Intervention and COVID-19: What we know so far and what we can do. *J Contemp Psychother, 1 - 8*. doi: 10.1007/s10879-020-09460

El coronavirus COVID-19 y la pandemia mundial ya han tenido un impacto disruptivo sustancial en la sociedad, planteando importantes desafíos para la prestación de servicios de salud mental en tiempos de crisis y llevando el espectro de una mayor carga para la salud mental, tanto en términos de trastorno psiquiátrico existente y angustia psicológica emergente de la pandemia. ... También ofrecemos una serie de consideraciones prácticas y técnicas para trabajar psicoterapéuticamente con pacientes existentes donde las restricciones de COVID-19 han forzado un cambio a la entrega de intervenciones psicológicas en línea o mediadas tecnológicamente.

Mahase, E. (2020) Covid-19: Why are age and obesity risk factors for serious disease? *BMJ 2020;371:m4130* | doi: 10.1136/bmj.m4130

... ¿Por qué la obesidad es un factor de riesgo de covid-19 severo?

En julio [2020], El departamento de Salud Pública de Inglaterra estimó que tener un IMC de 35 a 40 podría aumentar las posibilidades de una persona de morir de COVID-19 en un 40 por ciento, mientras que un IMC superior a 40 podría aumentar el riesgo en un 90 por ciento. ¿Pero por qué es esto?

Stephen O’Rahilly, director de la Unidad de Enfermedades Metabólicas del Consejo de Investigación Médica de la Universidad de Cambridge... dijo: “Cuando ocurre la obesidad suceden dos cosas: aumenta la cantidad de grasa, pero también se agrega grasa a lugares. Lo pones en el hígado y en el músculo esquelético. Y eso altera el metabolismo. La alteración clave es que se obtienen niveles muy altos de insulina en la sangre. Esta alteración está asociada con una variedad de anomalías, que incluyen aumentos en las citosinas inflamatorias y una reducción de una molécula llamada adiponectina que protege directamente los pulmones, señala.

Además, es posible que la grasa aumente en el pulmón, lo que puede alterar la forma en que el pulmón maneja el virus. Añade: “Las cosas simples sobre las que lees —abdomen abundante, entre otras— son extremadamente simplistas. Lo que realmente está sucediendo es metabólico, y lo sabemos porque si miramos los marcadores genéticos de la alteración metabólica, están mucho más relacionados con los malos resultados que los marcadores genéticos de la obesidad en sí”.

Markowitz, J.C., Milrod, B., Heckman, T.G., Bergman, M., Amsalem, D., Zalman, H., Ballas, T., & Neria, Y. (2020). Psychotherapy at a Distance. Review Am J Psychiatry, 178(3), 240-246. doi: 10.1176/appi.ajp.2020.20050557.

La pandemia de COVID-19 de 2020 ha abrumado abruptamente la vida normal. Más allá del miedo y la fatalidad del virus en sí, surge una probable ola de trastornos psiquiátricos. Al mismo tiempo, el distanciamiento social ha cambiado de la noche a la mañana la forma en que los psiquiatras y otros

profesionales de la salud mental deben tratar a los pacientes. La telepsicoterapia, hasta ahora un tratamiento prometedor... de repente se ha convertido en el tratamiento habitual.

Marmarosh, C. L., Forsyth, D. R., Strauss, B., & Burlingame, G. M. (2020). The psychology of the COVID-19 pandemic: A group-level perspective. Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 24(3), 122-138. <http://dx.doi.org/10.1037/gdn0000142>

La enfermedad del coronavirus (COVID-19) amenazó no solo la salud física de las personas, sino también todos los aspectos de su bienestar psicológico: desde su lucha para evitar contraer la enfermedad, hasta el hecho de afrontar la alteración del curso normal de sus vidas, al trauma que sufrieron cuando el virus se llevó la vida de sus seres queridos... las opciones de tratamiento grupal desarrolladas por psicoterapeutas grupales son efectivas para reducir la depresión, la ansiedad, el duelo complicado y el estrés. Concluimos examinando el creciente impacto de los grupos en línea y las muchas formas en que estos grupos ayudan a las personas a mejorar su bienestar psicológico durante la crisis del COVID-19.

Nestle, m. (2020). A call for food system change. The Lancet. DOI [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31146-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31146-6)

Al cerrar sociedades enteras, la pandemia de COVID-19 ha puesto de manifiesto las desigualdades fundamentales y las deficiencias de las economías impulsadas por el mercado que priorizan las ganancias sobre el bienestar humano. Las desigualdades aparecen en las empresas que despiden a los empleados mientras pagan altos salarios y bonificaciones a los ejecutivos. También se revelan por la dependencia de los sistemas alimentarios de trabajadores mal pagados y cadenas de suministro globales baratas. La crisis de COVID-19 demuestra cómo los sistemas alimentarios actuales no protegen a las poblaciones del hambre y las enfermedades no transmisibles influenciadas por la dieta y por qué los pobres, los marginados, los discriminados y los enfermos crónicos son los más vulnerables a esta enfermedad.

Nogueira-de-Almeida, C.A., Del Ciampo, L.A., Ferraz, I.S., Del Ciampo, I.R.L., Contini, A.A., & da V. Ued, F. (2020). COVID-19 and obesity in childhood and adolescence: a clinical review. *J.Pediatrics (Rio J.)*, 96(5), 546-558. doi.org/10.1016/j.jpmed.2020.07.001

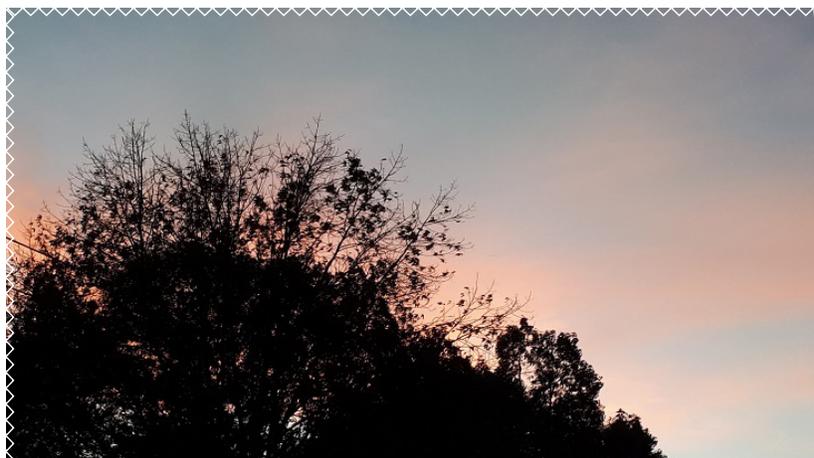
La obesidad es una comorbilidad altamente prevalente en casos severos de COVID-19 en niños y adolescentes; el aislamiento social puede conducir a un aumento de la acumulación de grasa. El exceso de tejido adiposo, el déficit de masa magra, la resistencia a la insulina, la dislipidemia, la hipertensión, los altos niveles de citosinas pro- inflamatorias y la baja ingesta de nutrientes esenciales son factores que comprometen el funcionamiento de órganos y sistemas en individuos obesos. Estos factores están asociados con daños en los sistemas inmunológico, cardiovascular, respiratorio y urinario, junto con la modificación de la microbiota intestinal (disbiosis). En la infección por coronavirus 2 del Síndrome Respiratorio Agudo Severo, estos cambios orgánicos de la obesidad pueden aumentar la necesidad de asistencia respiratoria, el riesgo de tromboembolismo, la tasa de filtración glomerular reducida, los cambios en la respuesta inmune innata y adaptativa y la perpetuación de la respuesta inflamatoria crónica.

Sattar, N., McInnes, I.B., & McMurray, J.V.J. (2020). Obesity Is a Risk Factor for Severe COVID-19 Infection Multiple Potential Mechanisms. *Circulation*, 142(1), 4 - 6. doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.120.047659

La pandemia de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) ha llevado a esfuerzos de investigación en todo el mundo para identificar a las personas con mayor riesgo de desarrollar una enfermedad crítica y morir. Los datos iniciales apuntaban a que las personas mayores eran particularmente vulnerables, así como aquellas con diabetes mellitus o enfermedades cardiovasculares (incluida la hipertensión), respiratorias o renales...Sugerimos que la obesidad o la acumulación excesiva de grasa ectópica pueden ser un factor de riesgo unificador para la infección grave por COVID-19, reduciendo la reserva cardiorrespiratoria protectora y potenciando la desregulación inmunológica que parece, al menos en parte, mediar la progresión a enfermedad crítica y fallo orgánico. en una proporción de pacientes con COVID-19 (Figura). Si la obesidad es un factor de riesgo independiente de susceptibilidad a la infección requiere más investigación.

Stefan, N., Birkenfeld, A.L., Schulze, M.A., & Ludwig, D.S. (2020). Obesity and impaired metabolic health in patients with COVID-19. *Nature Reviews. Endocrinology*, 16, 341-342. <https://doi.org/10.1038/s41574-020-0364-6>

Los datos preliminares sugieren que las personas con obesidad tienen un mayor riesgo de sufrir COVID-19 grave. Sin embargo, como los datos sobre los parámetros metabólicos (como el IMC y los niveles de glucosa e insulina) en los pacientes con COVID-19 son escasos, se necesitan más informes para mejorar nuestra comprensión de COVID-19 y la atención de los pacientes afectados.



En pandemia 2020 1 archivo personal RSGR