



# Enfoque médico de las adicciones y la obesidad

## Medical approach to addictions and obesity

**Brenda Carolina Téllez Silva**

Egresada de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM  
kro\_brenda@hotmail.com

10.22201/fesz.20075502e.2023.13.49.87643

### Resumen

La obesidad representa un importante problema de salud pública, no solamente por el número de personas afectadas, sino por las severas complicaciones médicas y los costes sanitarios que esta ocasiona. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), desde la década de 1980 hasta la actualidad se ha duplicado la prevalencia mundial de la obesidad, este aumento tanto en adultos como en población infantil hace indispensable profundizar sobre las múltiples causas que lo generan. Diversos estudios han mostrado factores que contribuyen al sobrepeso y la obesidad, incluyendo el acceso a la comida hipercalórica, las cantidades consumidas que se convierten en exageradas y la reducción de la actividad física. Se ha generado mayor interés en los últimos años en la explicación de este problema de salud desde la perspectiva de la adicción a la comida, por lo que en este trabajo se abordan algunas de las similitudes que los investigadores dan a conocer y que son parte de la justificante para proponer el termino de "Adicción a la comida" y la relación con el sobrepeso y la obesidad.

**Palabras clave:** obesidad, recompensa, trastorno, alimento, comportamientos adictivos.

### Abstract

Obesity represents a major public health problem, not only because of the number of people affected, but also because of the severe medical complications and health costs it causes. According to the World Health Organization (WHO, 2021), from the 1980s to the present, the global prevalence of obesity has doubled, and this increase in both adults and children makes it essential to delve deeper into the multiple causes that generate it. Several studies have shown factors that contribute to overweight and obesity, including access to hypercaloric food, quantities consumed that become exaggerated and reduced physical activity. More interest has been generated in recent years in explaining this health problem from the perspective of food addiction, so this paper addresses some of the similarities that researchers report and that are part of the rationale for proposing the term "food addiction" and the relationship with overweight and obesity.

**Keywords:** obesity, reward, disorder, food, addictive behaviors.

Recibido el 18 de octubre de 2022.  
Aceptado el 07 de abril de 2023.



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

La obesidad tienen un origen multifactorial y que además es un problema de salud pública mundial, que ha llevado al análisis de múltiples propuestas para abordar su prevención y manejo, con la finalidad de disminuir no solo las cifras elevadas de población que la padece, sino también con la finalidad de aminorar el impacto de este padecimiento en la salud integral de la población, que deriva de los padecimientos asociados al exceso de peso y acumulación de grasa corporal (Vigarello, 2011. En Torres, Felipe y Rojas, Agustín, 2018). Con ello se han derivado también líneas de investigación para el estudio tanto del sobrepeso como de la obesidad, considerando que los factores individuales y contextuales tienen relación, por lo que esta problemática se conceptualiza como un fenómeno dinámico que es necesario abordar con un enfoque integral para superar los factores de riesgo del proceso salud-enfermedad y también la influencia directa del entorno socioeconómico y cultural.

Más allá de las perspectivas que asocian elementos epidemiológicos, conductuales, socioeconómicos, o de la dinámica de los sistemas complejos, destaca el enfoque que otorga al ambiente propiciado un peso preponderante para la proliferación de la obesidad. El ambiente construido y el alimentario conforman el ambiente obesogénico que conduce a la creación de patrones de acumulación de grasa corporal. El sustento es que la información biológica de cada individuo está sujeta a las condiciones del ambiente desde la gestación y durante toda su vida. Tal ambiente se configura por las dimensiones estatal, industrial y sociocultural (Martínez, 2017. En Torres, Felipe y Rojas, Agustín, 2018).

Por lo que desde hace por lo menos una década se propuso un factor adicional que puede influir en las personas para padecer obesidad. Rubio y López, en 2021, hablaron de la asociación de la obesidad con la conducta adictiva, el planteamiento gira en torno a una propuesta teórica, que refiere que ciertos individuos experimentar una respuesta similar al consumo de drogas al ingerir alimentos con alto contenido de grasa o carbohidratos refinados como lo es el azúcar, basándose en , particularmente en el caso de la obesidad son: preocupación por la comida, comer en exceso a pesar de los riesgos para la salud, perder

el control sobre la ingesta, malestar cuando se hace régimen de adelgazamiento, deterioro de la vida social debido al sobrepeso, cronicidad del trastorno y tendencia a las recaídas.

Es importante dejar claro, en primer lugar, lo que implica la palabra *adicción*, ya que en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales en su versión V (DSM-V, 2013), no se utiliza este término para el diagnóstico, aunque sea común para la descripción de los problemas graves relacionados con el consumo compulsivo y habitual de sustancias, más bien se utiliza la expresión *trastorno por consumo de sustancias*, para poder describir y referirse a este trastorno, desde un estado leve a uno grave de consumo compulsivo y continuamente repetido, ha sido omitida de la terminología oficial del diagnóstico de consumo de sustancias del DSM-5 ya que tiene una definición incierta y una connotación negativa. Taylor, Curtis, & Davis (2010), refieren que el termino adicción ha sido utilizado para considerar la activación de las vías mesolímbicas de la recompensa por ciertas sustancias que la provocan, pero actualmente incluye los “comportamientos adictivos”, un ejemplo de ello, es cuando se hace referencia médica al sistema meso límbico que es activado por actividades placenteras adictivas, un sistema de recompensa que genera la conducta adictiva.

Ahora bien, en el caso del sobrepeso y la obesidad, se encuentran dentro de la clasificación *Otros problemas que pueden ser objeto de atención clínica (395)* como *Incumplimiento del tratamiento médico (414)*, con los códigos 278.00 (E66.9). Sobrepeso u obesidad (415) y que se refiere al uso de esta categoría se puede utilizar cuando el objeto de la atención clínica es el sobrepeso o la obesidad, por lo que no es considerada una condición que se tipifique como Trastorno Mental (DSM-V, 2013).

Hasta ahora la referencia de la adicción a los alimentos, se relaciona por el patrón adictivo a ciertos componentes de la dieta y es similar al comportamiento adictivo de otras sustancias. Es por ello que la teoría de la presencia de adicción a la comida como una posible explicación para la presencia y mantenimiento de la obesidad, es controvertida, ya que las investigaciones

que se han dedicado a la identificación de los posibles elementos adictivos en los alimentos, como lo puede ser el azúcar añadido o los edulcorantes, aún están en etapas iniciales (Tripodi, 2018).

Taylor, Curtis, & Davis en 2010, destacan que tanto en la conducta de abuso de sustancias como en casos de personas con obesidad y posible adicción a los alimentos se presentan síntomas de abstinencia, como distrés o disforia, cuando hay interrupción de la ingesta, así como mayor probabilidad de recaídas, por ello es que algunos investigadores consideran que la “adicción” a los alimentos tendría que clasificarse como un Trastorno Mental con la finalidad de proponer una intervención psiquiátrica efectiva.

Algunos hallazgos recientes destacan la relación de la búsqueda de un sistema de recompensas para el disfrute de la comida en niños con sobrepeso u obesidad, lo tiene como consecuencia, que estos menores tengan mayor probabilidad de comer en exceso cuando los alimentos “sabrosos”, hipercalóricos y altos en azúcar estén disponibles. Se menciona por Santos y colaboradores (2021), que la exposición frecuente, por las madres o cuidadores primarios hacia menores, de los alimentos hipercalóricos, altos en grasas, azúcares y sodio, produce una alteración en el sistema de recompensas que los menores tienen lo que lleva al aumento en la ingesta de alimentos hipercalóricos, en frecuencia y cantidad.

La obesidad y sus complicaciones son actualmente unos de los grandes problemas que se encuentran en la consulta clínica. Los profesionales de la salud, además de enfrentarse a la baja eficacia de los tratamientos propuestos, hace a esta condición de enfermedad sea de baja adherencia al tratamiento. Si bien ha dejado de ser considerada como una enfermedad únicamente metabólica por multifactorial, se puede relacionar con la categoría de las adicciones por los patrones conductuales de consumo de alimentos. Si bien ya se han mencionado las limitaciones de esta

visión, esta propuesta puede ayudar en la búsqueda más específica de la prevención y tratamiento multidisciplinario del sobrepeso y la obesidad.

## Referencias

- American Psychiatric Association (APA). (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5* (5a. ed.). Médica Panamericana.
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2021). *Sobrepeso y obesidad*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Rubio-Villadolid, G. & López-Muñoz, F. (2010). *Obesidad y adicción a la comida: un problema emergente de salud pública*. Universidad Complutense de Madrid. <https://theconversation.com/obesidad-y-adiccion-a-la-comida-un-problema-emergente-de-salud-publica-160821>
- Santos-Flores, J. M., Cárdenas-Villarreal, V. M., Gutiérrez-Valverde, J. M., Pacheco-Pérez, L. A., Paz-Morales, M. Á., & Guevara-Valtier, M. C. (2021). Sensibilidad a la recompensa, adicción a la comida y obesidad en madres e hijos. *Sanus*, 6, 187-195. <https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.187>
- Taylor, V.H., Curtis, C.M., & Davis, C. (2010). The obesity epidemic: the role of addiction. *Canadian Medical Association journal*, 182(4), 327–328. <https://doi.org/10.1503/cmaj.091142> <https://www.intramed.net/contenido/ver.asp?contenido=90379>
- Torres, F., & Rojas, A. (2018). Obesidad y salud pública en México: transformación del patrón hegemónico de oferta-demanda de alimentos. *Problemas del desarrollo*, 49(193), 145-169. <https://doi.org/10.22201/iiec.20078951e.2018.193.63185>
- Tripodi, D. (2018). Semejanzas entre obesidad y dependencia a sustancias: señalamiento de la clínica y la neurobiología en común. *Vértex*, 29(138), 1-8. <https://www.fundacionfemeba.org.ar/blog/farmacologia-7/post/semejanzas-entre-la-obesidad-y-la-dependencia-a-sustancias-45869>