

Madrid, 3 de febrero de 2026

Jornada Obesidad y Mujer: nuevas miradas

La obesidad condiciona la salud de la mujer en todas las etapas de su vida

- El exceso de peso se asocia a infertilidad, complicaciones obstétricas, alteraciones hormonales y mayor riesgo cardiovascular y de cáncer ginecológico son varias de las conclusiones extraídas de la jornada organizada por HM Hospitales
- El abordaje requiere equipos multidisciplinares especializados en ginecología, endocrinología, nutrición, ejercicio físico y apoyo psicológico
- Esta enfermedad crónica y recidivante reduce la esperanza de vida, por lo que necesita apoyo profesional, un lenguaje no estigmatizante y un abordaje integral continuado para mejorar la calidad de vida de las mujeres
- En España, el 39,3% de las mujeres presenta sobrepeso y el 21,6% obesidad

El sobrepeso y la obesidad afectan de forma directa y progresiva a la salud de la mujer a lo largo de su vida, desde la adolescencia hasta la edad avanzada. Esta condición se asocia a un mayor riesgo de desarrollar enfermedades metabólicas, ginecológicas, obstétricas y cardiovasculares, además de repercusiones relevantes en el bienestar emocional.

Ante esta coyuntura, HM Hospitales ha celebrado la jornada “**Obesidad y Mujer: nuevas miradas**”, una iniciativa que nace con vocación de continuidad para abordar de forma monográfica distintos retos de la salud femenina y que, impulsada desde el **Servicio de Urgencias en Obstetricia y Ginecología del Grupo**, ha reunido a profesionales de distintas especialidades en un encuentro nacional coordinado por el **Dr. Manuel Marcos, coordinador de Urgencias Ginecológicas en HM Hospitales**, con el apoyo de Novo Nordisk, para analizar de forma conjunta el impacto de la obesidad en la salud de la mujer.

“La obesidad es una enfermedad crónica que afecta a múltiples órganos y sistemas y puede acompañar a la mujer en todas las etapas de su vida”, ha explicado el especialista. “No hablamos solo de peso, sino de salud global”.

A este respecto, Paula Barriga, directora general de Novo Nordisk en España, ha señalado que “a esto se suma, además, que socialmente la mujer experimenta una mayor presión estética, algo que conduce a que la obesidad

también impacte más en su salud emocional. Paradójicamente, a pesar de ello, históricamente la mujer ha sido infradiagnosticada y, como consecuencia, infratratada. Esto es algo que en Novo Nordisk queremos cambiar”.

Consecuencias en cada etapa vital

El impacto del exceso de peso varía según el momento biológico de la mujer. En la infancia y adolescencia puede asociarse a adelanto puberal, alteraciones endocrino-metabólicas o síndrome de ovario poliquístico. En la edad fértil se relaciona con infertilidad y con un mayor riesgo de complicaciones obstétricas como diabetes gestacional, preeclampsia, parto prematuro o incremento de cesáreas.

Durante la menopausia, además, puede intensificar el síndrome climatérico, aumentar la disfunción del suelo pélvico, favorecer infecciones urinarias y elevar la incidencia de cáncer de útero y mama.

“Muchas de estas situaciones las vemos a diario en consulta y no siempre se relacionan con el peso, cuando en realidad existe una conexión directa”, ha señalado el Dr. Marcos.

Detección precoz y abordaje integral, claves para mejorar la salud

En muchos casos, el ginecólogo es el único especialista al que la mujer acude de forma periódica, lo que convierte esta consulta en un punto estratégico para la prevención. “Debemos ser conscientes de la salud integral de la mujer y no ponernos de perfil ante un problema tan relevante como la obesidad”, ha subrayado el Dr. Marcos.

Desde esta perspectiva, los expertos coinciden en que el abordaje debe ser multidisciplinar, integrando especialidades como atención primaria, medicina interna, endocrinología, ginecología, nutrición y preparación física y psicología, a fin de brindar una atención continuada y adaptada a cada paciente.

Asimismo, se ha puesto el acento en la necesidad de combatir la desinformación existente y alejarse de planteamientos centrados exclusivamente en la imagen corporal.

HM Hospitales integra este enfoque a través de unidades asistenciales específicas centradas en la atención global del paciente. “El tratamiento del exceso de peso debe orientarse a mejorar la salud en su conjunto, no solo a reducir kilos en la báscula”, ha insistido.

Las opciones terapéuticas pueden ser eficaces cuando están correctamente indicadas y supervisadas, y pueden complementarse con cirugía bariátrica en determinados casos. No obstante, los expertos han recordado que ningún

enfoque terapéutico funciona a largo plazo sin cambios en el estilo de vida. El acompañamiento continuado, tanto presencial como a distancia, favorece también la adherencia terapéutica.

Asimismo, los especialistas han subrayado la importancia de la formación médica continuada para mejorar la detección precoz, el abordaje clínico y el seguimiento de la obesidad en la mujer a lo largo de todas las etapas de su vida. La actualización constante de conocimientos permite incorporar los avances científicos y terapéuticos más recientes, homogeneizar criterios asistenciales y ofrecer una atención cada vez más personalizada y basada en la evidencia, aspectos clave para afrontar una enfermedad crónica y compleja como la obesidad con mayores garantías de éxito.

“La obesidad es una enfermedad crónica y recidivante que reduce la esperanza de vida. Necesita apoyo profesional, un lenguaje no estigmatizante y un tratamiento continuado para mejorar la calidad de vida de las mujeres”, concluye el coordinador de Urgencias Ginecológicas en HM Hospitales.

HM Hospitales

HM Hospitales es el grupo hospitalario privado de referencia a nivel nacional que basa su oferta en la excelencia asistencial sumada a la investigación, la docencia, la constante innovación tecnológica y la publicación de resultados.

Dirigido por médicos y con capital 100% español, cuenta en la actualidad con 7.500 profesionales que concentran sus esfuerzos en ofrecer una medicina de calidad e innovadora centrada en el cuidado de la salud y el bienestar de sus pacientes y familiares.

HM Hospitales está formado por 54 centros asistenciales: 23 hospitales, 3 centros integrales de alta especialización en Oncología, Cardiología, Neurociencias, 5 centros especializados en Medicina de la Reproducción, Salud Ocular, Salud Bucodental, Medicina Estética y Cirugía Plástica y Prevención Precoz Personalizada además de 23 policlínicos. Todos ellos trabajan de manera coordinada para ofrecer una gestión integral de las necesidades y requerimientos de sus pacientes.

Departamento de Comunicación HM Hospitales Sonsoles Pérez González

📞 914 444 244 ext.167 📠 667 184 600

✉ sperezgonzalez@hmhospitales.com

🌐 www.hmhospitales.com