

Síntesis sobre la Obesidad

¿Qué es la Obesidad?

La obesidad es una enfermedad crónica, **progresiva e irreversible**. Es una Pandemia Mundial, es la enfermedad del siglo XXI.

¿Cómo se origina?

Es importante este asunto, pues va a depender de cada caso en particular propio de cada individuo. **La etiología** es una de las **claves para el tratamiento** de esta enfermedad, ya que esta enfermedad es de origen multifactorial.

La obesidad se caracteriza por acumulación excesiva de grasa o **hipertrofia general del tejido adiposo** en el cuerpo; es decir cuando se llega a este estado, se ha adquirido dicha enfermedad. **“Este es uno de los grandes secretos de esta enfermedad que sabe cualquier facultativo y oculta para en definitiva ganar dinero”**.

¿Se puede curar la Obesidad?

No, como he mencionado antes, al llegar a la **hipertrofia adiposa**, se convierte en una enfermedad crónica, progresiva e irreversible, ya que **la célula grasa, se mantiene de por vida metabólicamente activa, con la consiguiente posibilidad de seguir almacenando lípidos**.

¿Cómo se sabe si se ha adquirido la enfermedad?

Hay varias maneras de saberlo las dos más significativas son:

1ª Es debido al aumento del número de células grasa o Hiperplasia, estas cuando pasa de los índices establecidos por la OMS [(Organización Mundial de la Salud) define como obesidad cuando el IMC o índice de masa corporal (cálculo entre la estatura y el peso del individuo) es igual o superior a 30 Kg/m². O también se considera signo de obesidad un perímetro abdominal aumentado en hombres mayor o igual a 102 cm. y en mujeres mayor o igual a 88 cm.] Todo esto establecido en el tiempo después del periodo puberal, y

mantenido por un periodo aproximado de 2 a 3 años más, de dicho periodo.

En otras palabras si uno es obeso pasado la pubertad y sigue estando obeso durante un periodo de 2 a 3 años aproximadamente, se establece la obesidad como enfermedad.

2ª Si una vez que un individuo restringe la ingesta de caloría a un grado notable y este no recupera un estado de normopeso.

¿Qué tratamiento existes y cuál es el mejor?

Este es una de las pregunta más relevantes, la cual debido al desconocimiento de propio individuo y debido a ocultación de la verdad por parte de los facultativos, se ha convertido al problema de la Obesidad como uno de los negocios más rentable de este último siglo, donde profesionales de la salud y personas poco cualificadas hacen su “agosto” dedicándose a tratar como pacientes a persona con este problema, jugando con sus ilusiones y con su dinero.

Desde mi óptica los tratamientos que existen más sobresaliente son: Por un lado **la cirugía**, la cual yo no puedo recomendar, pero debo de reconocer que es una solución para personas que no capaces de mantener en el tiempo unos hábitos de vida saludables. Siendo en este caso la más efectiva el **bypass gástrico**.

Y por otro lado **“El Método De La Reconducción Alimenticia”**, desarrollado por mi persona, basado en un sistema multidisciplinar, que parte desde la etiología propia de cada individuo, adaptando el “Método” a las situaciones individuales y singulares de cada individuo y no al contrario como ocurre normalmente en los casos de cualquier tipo de dieta o plan de adelgazamiento.

Para **la praxis del citado “Método”** se utiliza un protocolo de actuación que consta de un plan de encuestas clínica y psicosocial, encuesta dietética y un cálculo de IMC para tener un índice referencial.

Todo esto para trata de conseguir, que **cada individuo adquiera unos hábitos regulares y sanos en cuanto a la alimentación se refiere y “nunca, nunca, nunca” este a dieta**, evitando los grandes sacrificios y efectos colaterales que esta conlleva. **¡Esta es la clave!** Y claro está, no se vuelva a recuperar el peso perdido y se vuelva de forma natural al estado de normopeso.

¿Existe una dieta perfecta o definitiva?

Descubrimos que **NO**. “Es imposible que todos necesitemos lo mismo”.

Hay más de 7.000 millones de habitantes en la tierra y tenemos entre ellos el espectro completo de la nutrición, desde los **esquimales carnívoros** a los muchos subgrupos de **vegetarianos asiáticos**, pasando por ciertos subgrupos de **africanos lactodependientes**.

Podemos comprobar que lo que nuestro cuerpo necesita es, muy probablemente, dependiente de nuestros antecedentes étnicos. Se estima que del 10 al 25 por 100 de la población sufre alergias alimenticias, lo que hace obvio el que todos no podamos seguir la misma dieta.

Un estudio que comprobó a un grupo de personas en Kenya descubrió que los que dependían de la leche pero comían pescado, sufrían infecciones, verrugas, alergias y diarreas. Los investigadores sugirieron que eso podía deberse al cambio en la dieta. Aunque sabemos que el pescado es un buen alimento, para ellos no debía ser el más adecuado.

Lucrecio dijo: "Lo que para unos es alimento, para otros es veneno"

Cuando se trata de una enfermedad como la Obesidad, donde esta es de origen multifactorial, no podemos regirnos por un único protocolo de actuación, que en la mayoría de todos los casos se basa “en una dieta Hipocalórica”.

Hay más que suficiente información médica y científica donde se demuestra claramente que el prescribir “una dieta hipocalórica” no es la mejor opción a largo plazo para tratar y menos para curar dicha enfermedad.

El Talón de Aquiles de todas las dietas.

El Talón de Aquiles es la **Glucosa**.

Es una forma de azúcar que se encuentra libre en las frutas y en la miel. Su rendimiento energético es de 3,75 kilocalorías por cada gramo en condiciones estándar.

La D-glucosa es predominante en la naturaleza. En terminología de la industria alimentaria suele denominarse **dextrosa** (término procedente de «glucosa dextrorrotatoria») a este compuesto.

Etimología

El término «glucosa» procede del griego γλεῦκος (gleûkos; "mosto", "vino dulce"), y el sufijo «-osa» indica que se trata de un azúcar. Ejemplos:

Glucosa, Es una forma de azúcar que se encuentra libre en las frutas y en la Miel.

Sacarosa, Azúcar común o de mesa.

Dextrosa, Azúcar de los cereales.

Fructosa, Azúcar de la Fruta.

Lactosa, Azúcar de la Leche.

Maltosa. Azúcar de Malta.

Características

Todas las frutas naturales tienen cierta cantidad de glucosa (a menudo con fructosa), que puede ser extraída y concentrada para hacer un azúcar alternativo. Pero a nivel industrial, tanto la **glucosa líquida** (jarabe de glucosa) como la **dextrosa** (glucosa en polvo) se obtienen a partir de la hidrólisis enzimática de almidón de cereales (generalmente trigo o maíz).

La **glucosa**, libre o combinada, **es el compuesto orgánico más abundante de la naturaleza. Es la fuente primaria de síntesis de energía de las células**, mediante sus oxidación catabólica, y es el componente principal de polímeros de importancia estructural como la celulosa y de polímeros de almacenamiento energético como el almidón y el glucógeno.

La **D-(+)-glucosa**, que es la forma más abundante de forma natural, **es uno de los compuestos más importantes para los seres vivos, incluyendo a los seres humanos.**

En todos los casos donde se produce la **Obesidad**, existe **la ingesta excesiva en relación al gasto energético y al metabolismo basal de este elemento es decir la glucosa.**

Por este motivo el principal protocolo de actuación según la medicina tradicional es reducir la ingesta de calorías, ya que existe esta relación de exceso de calorías y Obesidad y lo mismo ocurre al revés es decir no existe obesidad en ciertos territorios donde existe desnutrición.

El alimento puede ingerirse como sólido pero también como líquido, uno de los casos más relevantes para ver los efectos de la glucosa es cuando se trata la **Alimentación para pacientes en coma**, donde su única alimentación consiste principalmente es:

GLUCOSA al 50%

Vitamina B1 (Tiamina 100 mg). Antes de la Glucosa, si el estado nutricional es deficitario.

Mantener vía con **suero glucosalino**.

Cuando el cuerpo está en estado de coma, 1º empieza a perder las reservas de grasa y 2º la masa muscular, llegando a unos límites críticos para el sostenimiento de la propia vida siempre y cuando estos sean mantenidos en su justa medida según lo antes mencionado, si estos no fueran equitativos y mantenidos en el tiempo, el individuo llegaría a morir por inanición.

En conclusión todos los alimentos se reducen a la glucosa, la cual produce la energía suficiente para el sostenimiento de la vida, si no comemos los suficientes alimentos pero bebemos en cambio muchas bebidas azucaradas, como por ejemplo, los refrescos estaremos alimentando y mal nutriendo a nuestro cuerpo y por tanto nuestra Obesidad seguirá aumentando, esto es igual aplicable a ciertos alimentos donde se incluye los cereales, pastas y arroces, fruta y verdura.

La única solución para tratar la Obesidad es partiendo de su etiología, es decir desde su Origen.

Conclusiones

Con este tratado sobre la Obesidad, se quiere **informar a toda persona**, sobre **la Verdad de esta enfermedad**, que el **único secreto** que hay para Combatir esta Pandemia Mundial, **es conseguir ser un individuo normal, con unos hábitos alimenticios y un estilo de vida saludable.**

Cosa que no consigue ninguna dieta ni cirugía, solo la **concienciación propia de cada individuo**. Todo lo demás es vender humo y enriquecer los bolsillos de todas las personas que sin escrúpulo intenta jugar con las ilusiones y la salud de las personas que tenemos este problema.

El Método De La Reconducción Alimenticia®

FullMetalBox®

Jesús Javier Díaz Rico

Divulgador e Investigador Científico - Nutricional - Dietético y Deportivo

I.C.I.C.M.A. Institución Colegiada de Investigación Científica Malagueña

Colegiado Nº 226 (En esta Institución)

C/ Grupo los Millones, 3 Local 3

29010 Málaga

www.tudietaparaadelgazar.com - info@tudietaparaadelgazar.com

www.tudietaparaadelgazar.com/tienda