
Elección de un procedimiento de cirugía bariátrica

La cirugía bariátrica es un tipo de cirugía que se hace para bajar de peso en aquellos casos en que el ejercicio y las dietas no dieron buenos resultados. Es una opción para algunas personas obesas y que tienen problemas de salud, como diabetes, enfermedad del corazón, artritis y apnea del sueño. La diabetes y algunos otros problemas de salud pueden mejorar si la persona baja de peso.

La cirugía en comparación con un tratamiento médico

Las personas que se someten a una cirugía bariátrica tienden a perder mucho más peso que las personas que obtienen tratamiento médico para la pérdida de peso. Esto significa que la cirugía tiende a ser más útil para las afecciones de salud relacionadas con la obesidad. Estas pueden ser diabetes, enfermedad del corazón, artritis o apnea del sueño. Sin embargo, los resultados varían. Algunas personas llegan a perder mucho peso solo con el tratamiento médico. Y hay personas que no pierden el peso que querían después de la cirugía.

Tipos de cirugía bariátrica

Los cirujanos que hacen este tipo de cirugías usan varios métodos diferentes. El tipo de cirugía bariátrica más adecuado para usted dependerá de varios factores. Entre ellos, se encuentran su salud general, sus necesidades médicas y sus propias preferencias. Los tipos de cirugía incluyen los siguientes:

- **Banda gástrica.** Esta cirugía también se conoce como banda gástrica ajustable por vía laparoscópica o BGAL. En el procedimiento de banda gástrica, el cirujano coloca una banda ajustable alrededor de la parte superior del estómago. También coloca un dispositivo pequeño llamado puerto debajo de la piel del abdomen. Se coloca una sonda delgada que va desde la banda hasta el puerto. Se inyecta un líquido en el puerto que llega a la banda para que se comprima más alrededor de la parte superior del estómago. También se puede eliminar el líquido a través del puerto para desajustar la banda. La banda que se coloca alrededor del estómago reduce la cantidad de alimentos que puede ingerir de una vez.
- **Cirugía de derivación gástrica.** También se conoce como cirugía de derivación gástrica en Y de Roux y bypass gástrico. Esta cirugía también se hace para reducir la cantidad de comida que puede ingerir cada vez. Además, se reduce la cantidad de calorías y nutrientes que puede absorber de los alimentos que ingiere. Durante la derivación gástrica, el cirujano separa parte del estómago para crear una bolsa pequeña. La bolsa luego se adhiere a una parte del intestino delgado. Esta bolsa retiene menos alimentos y hace que se sienta satisfecho más rápido. Como los alimentos pasan de largo por el resto del estómago y por la parte superior del intestino delgado, se absorben menos calorías y nutrientes.
- **Gastrectomía en manga.** Es un tipo de cirugía para eliminar hasta el 85 % del estómago. También se conoce como cirugía de manga gástrica. En la cirugía, se transforma el estómago en un tubo angosto similar a una manga. La manga recibe mucha menos comida, y la persona se siente satisfecha mucho más rápidamente. Además, el estómago fabrica menos cantidad de la hormona principal que provoca hambre.

- **Derivación biliopancreática con cruce duodenal (BPD/DS).** Se trata de una cirugía menos común de cirugía de pérdida de peso. Durante este procedimiento, el cirujano extirpa parte del estómago para crear una manga gástrica, como sucede con la gastrectomía en manga. La manga luego se adhiere a una parte del intestino delgado inferior. La manga recibe mucha menos comida, y el cuerpo absorbe una cantidad mucho menor de calorías y nutrientes de los alimentos.

Ventajas y desventajas de cada tipo de cirugía

Tipo de cirugía Ventajas

Desventajas

Banda gástrica

- La banda gástrica es una cirugía más simple
- Luego de la cirugía de banda gástrica, es fácil desajustar o ajustar la banda
- Una banda más ajustada permite que se sienta satisfecho antes y que pierda peso
- El riesgo de sufrir complicaciones graves luego de la cirugía es bajo
- Puede producir la pérdida de aproximadamente la mitad del sobrepeso corporal luego de 2 años
- Se puede revertir

- La pérdida de peso es más lenta y no se ve tan rápido como en otras cirugías
- Es más probable que necesite una cirugía de seguimiento
- No es adecuada para usted si cree que le costará seguir un programa de nutrición
- Es probable que deba visitar al proveedor de atención médica más seguido luego de esta cirugía
- Es probable que se le deba quitar o reemplazar la banda o el puerto por problemas de filtración u otros problemas
- La banda puede salirse de lugar
- Puede causar náuseas, vómitos, reflujo ácido y dificultad para tragar
- Presenta mayor riesgo de complicaciones
- No se puede revertir

Cirugía de derivación gástrica

- Suele ser una cirugía con muy buenos resultados
- Puede producir la pérdida de aproximadamente dos tercios del sobrepeso corporal luego de 2 años

- Es más probable que tenga problemas nutricionales con la vitamina B12, el ácido fólico, el calcio y el hierro. Podría tener que tomar suplementos de vitaminas y minerales durante el resto de su vida.
- Puede causar síndrome de evacuación gástrica rápida. Se trata de diarrea o náuseas provocadas por que la comida pasa muy rápido del estómago al intestino delgado.

Tipo de cirugía Ventajas

Gastrectomía en manga

- Es menos compleja que una derivación gástrica
- Tiene menos complicaciones que la derivación gástrica
- Se puede controlar mejor el hambre que con la banda gástrica
- Puede producir la pérdida de aproximadamente dos tercios de sobrepeso

BPD/DS

- Es muy útil para personas extremadamente obesas
- Es una opción para personas que no tuvieron buenos resultados con otras cirugías de pérdida de peso
- Genera la mayor pérdida de peso

Desventajas

- Puede generar dificultades para absorber ciertos nutrientes. Podría tener que tomar suplementos de vitaminas y minerales durante el resto de su vida.
- Puede desarrollar estrechamiento (constricciones) en los intestinos
- Presenta mayor riesgo de tener hernias abdominales
- No se puede revertir
- Hay probabilidades de tener reflujo de ácido
- Tiene un mayor riesgo de complicaciones que otras cirugías de pérdida de peso
- Disminuye la absorción de vitaminas y minerales esenciales. Podría tener que tomar suplementos de vitaminas y minerales durante el resto de su vida.
- Presenta riesgo alto de deficiencia de calcio, hierro y vitaminas solubles en grasa (A, D, E y K)
- Presenta riesgo alto de desarrollar malnutrición por una deficiencia energética de las proteínas

Riesgos generales de la cirugía bariátrica

Toda cirugía tiene riesgos. Los riesgos pueden variar según su estado de salud general, la edad, el tipo de cirugía elegida y la cantidad de peso que debe perder. Consulte al proveedor de atención médica cuáles son los riesgos más probables en su caso. Los riesgos generales de la cirugía bariátrica incluyen lo siguiente:

- Sangrado
- Infección
- Obstrucción de los intestinos
- Coágulos de sangre en las piernas que pueden desplazarse hasta los pulmones o el corazón
- Ataque al corazón

- Hernias internas y de la pared abdominal
- Necesidad de realizar una cirugía de seguimiento
- Cálculos biliares (una complicación posterior)
- Problemas nutricionales (una complicación posterior)
- Problemas de salud mental después del procedimiento
- Recuperación del peso
- Muerte

La dieta posquirúrgica

Recibirá instrucciones sobre cómo adaptarse a la nueva dieta después de la cirugía. Es probable que deba seguir una dieta líquida durante unas semanas luego de la cirugía. Con el tiempo, comenzará a ingerir alimentos blandos y, luego, sólidos. Si come demasiado o muy rápido, es probable que le duela el estómago o vomite. Aprenderá a saber cuándo el nuevo estómago está satisfecho.

El proveedor de atención médica o el nutricionista le darán más instrucciones sobre la dieta. Puede variar según el tipo de cirugía a la que se sometió. Deberá incorporar buenos hábitos, como elegir alimentos saludables y no saltarse comidas. El proveedor de atención médica o el nutricionista pueden evaluar si tiene niveles bajos de ciertos nutrientes. Esto es un problema mayor con la gastrectomía, con la derivación gástrica y con la cirugía de BPD/DS.

Control de la salud luego de la cirugía

Es posible que deba colaborar con los proveedores de atención médica de manera continua para estar saludable. Esto depende del tipo de cirugía a la que se haya sometido. El equipo médico hará un seguimiento de su salud, en especial, a medida que baja de peso rápidamente, más o menos, en los primeros 6 meses luego de la cirugía. La pérdida de peso tiende a llegar al máximo alrededor del primer año luego de la cirugía. Debe hacer cambios en el estilo de vida de largo plazo (permanentes) para mantener un peso saludable. Entre estos cambios, se encuentran una dieta saludable, actividad física frecuente, control del estrés y dormir bien. El equipo de atención médica cuenta con recursos para ayudarlo en cada una de estas áreas.

Hable con el proveedor de atención médica sobre sus objetivos

Trabaje con el proveedor de atención médica para averiguar qué cirugía puede ser la indicada para usted. Es importante tener metas realistas sobre lo que puede lograr con la cirugía bariátrica. Algunas personas pueden seguir con algo de sobrepeso un año o 2 luego de la cirugía. Incluso si no pierde todo el sobrepeso, los problemas de salud, como la presión arterial alta, deberían mejorar. Es posible que pueda reducir la cantidad de medicamentos que debe tomar.

Hable con el proveedor de atención médica. Hágale preguntas y exprese sus inquietudes. Juntos, pueden decidir cuál es el mejor tratamiento de acuerdo con sus necesidades.