

# REDUCCIÓN DE ESTÓMAGO SIN CIRUGÍA

GUÍA DEL PACIENTE



por la Unidad de Endoscopia Bariátrica del doctor López-Nava

## INTRODUCCIÓN

Como **expertos en reducción de estómago** por métodos no invasivos, nos encontramos frecuentemente con dudas y preguntas muy comunes entre las personas que están interesadas en saber más de las distintas técnicas que pueden utilizarse para perder peso y sobre cómo funcionan, cómo se realizan y se hace el seguimiento de estas, así como las diferencias que hay entre los distintos tratamientos y cuál es mejor aplicar según cada caso.

Queremos que esta guía sirva de **manual de referencia básico** que permita, a cualquier persona interesada en perder peso con una reducción de estómago, conocer todas estas cuestiones iniciales y que le ayude, si tiene interés en alguno de estos tratamientos, a aumentar la confianza en estos y conocer en profundidad las garantías que tienen.

Léalo con detenimiento y podrá conocer, en unos minutos, mucho más acerca de la **reducción de estómago por endoscopia** y del **balón intragástrico**, de la mano del **equipo médico del Dr. López-Nava**, experto mundial en este tipo de tratamientos.

## ÍNDICE

Reducción de estómago sin cirugía .....	pg. 4
Balón Intragástrico .....	pg. 9
Método APOLLO y Método POSE 2 .....	pg. 12
Obesidad López-Nava.....	pg. 14

# REDUCCIÓN DE ESTÓMAGO SIN CIRUGÍA

## ¿POR QUÉ TENEMOS SOBREPESO Y OBESIDAD?

Tendemos a ganar peso, salvo casos excepcionales secundarios a alguna enfermedad, porque nuestro gasto calórico es menor que el aporte que realizamos con la comida, y esto se debe a dos principales factores: **comemos más y/o nos movemos menos**, de lo que necesitamos.

**Ingesta de alimentos > Gasto Calórico = Ganar peso**

La sociedad occidental es muchísimo más sedentaria que hace 100 años, pero los estómagos son del mismo tamaño y **el ansia por comer no es menor** ahora que cuando quemábamos miles de calorías por los trabajos que requerían actividad física.

La **pandemia de la obesidad**, reconocida por la OMS, sigue en aumento y la salud de las personas del mundo occidental está en grave riesgo, pese a las medidas de prevención que las entidades ponen al alcance de sus ciudadanos.



### Europa se enfrenta a una epidemia de obesidad en 2030

Un informe de la OMS prevé que casi dos de cada tres europeos tendrán sobrepeso

Fuente: [http://elpais.com/elpais/2015/05/06/ciencia/1430935011\\_546446.html](http://elpais.com/elpais/2015/05/06/ciencia/1430935011_546446.html)

## MÁS CERCA, MÁS RÁPIDO, MÁS RICO

Además, encontramos a nuestro alcance, de una manera que antes no se podría imaginar, docenas,



**cientos de puntos de 'avitallamiento'**, que hace mucho más accesible tener siempre algo a mano para comer. Tenemos a nuestro alcance **muchas tentaciones difíciles de evitar** en forma de alimentos ricos en calorías.

En la calle tenemos docenas de cafeterías, cuando antes solo había bares, junto con establecimientos de comida rápida (kebabs, perritos, sándwiches, hamburguesas) donde antes solo encontrábamos restaurantes. Por si eso fuera poco, **miles de máquinas expendedoras nos tientan en el metro, aeropuertos, estaciones de tren y autobuses**, hasta en la oficina, donde solo tenemos que andar unos pasos para poder comprar algo de comida que, por lo general, es demasiado calórica.

Al menos antes, para comer algo en el trabajo, tenías que bajar a la calle, andar unos metros y llegar al bar/restaurante más cercano, lo que te costaba un poco de energía, **pero ahora tenemos una máquina de comida junto a cada fotocopiadora**. ¿Cómo no vamos a engordar?

Además, a la hora de enfrentarnos a la pérdida de peso, debemos tener en cuenta que contamos con intentos previos fallidos de normalizar nuestro peso. Esto se suma a los dos inconvenientes de los procesos de adelgazamiento: la lentitud en ver los resultados y el hambre.

La voluntad inicial sin un tratamiento externo hace que podamos perder de 5 a 10 kgs. A partir de ahí, la motivación desciende y lo recuperamos en poco tiempo.

## LA REDUCCIÓN DE ESTÓMAGO COMO SOLUCIÓN A LA OBESIDAD

Si no vamos a hacer más ejercicio, o no queremos, o no podemos, o es muy complicado, solo **queda otra solución: comer menos**. Y ahí es donde entra la batalla que día a día tenemos: nos gusta comer, nos encanta comer, y no tenemos sensación de estar llenos. **¿Qué podemos hacer?**

### TRATAMIENTO ENDOSCÓPICO + CAMBIOS ALIMENTARIOS + EJERCICIO = LA CLAVE DEL ÉXITO A LARGO PLAZO

Además de **esforzarnos por cambiar nuestros hábitos alimentarios**, ajustando lo que comemos y haciendo **un poco de ejercicio**, podríamos dejar de tener hambre si nuestro estómago estuviera lleno, así que podemos reducir su capacidad para alcanzar antes la sensación de saciedad, reduciendo mucho la cantidad de comida necesaria para sentirnos llenos.

## BENEFICIOS DEL TRATAMIENTO DE REDUCCIÓN DE ESTÓMAGO POR ENDOSCOPIA

El sobrepeso y la obesidad pueden comportar un riesgo para la salud, tanto física como psicológica, de los pacientes. La pérdida de peso conseguida mediante la reducción de la capacidad del estómago conlleva múltiples beneficios, entre los que destacan:

### Beneficios físicos

- Reducción de la presión arterial alta
- Reducción del riesgo de sufrir enfermedades coronarias
- Reducción de los niveles de colesterol
- Disminución o desaparición de los dolores musculares y articulares.

### Beneficios psicológicos

- Más seguridad y confianza
- Mayor autoestima
- Disminución de la ansiedad
- Mejora de las relaciones sociales

Al **reducir la capacidad del estómago** se genera una sensación de saciedad con menor cantidad de alimento.

## LA IMPORTANCIA DEL SEGUIMIENTO MULTIDISCIPLINAR CONTINUADO

Es muy importante no limitar el **problema del sobrepeso y la obesidad** a una simple intervención, pues es necesario abordarlo con un **tratamiento integral**, asesorado y controlado por los mejores especialistas.

**La intervención endoscópica para el tratamiento de la obesidad es sólo el primer paso para perder peso.**

Cuando se decida por un tratamiento específico tenga en cuenta elegir un equipo cualificado de profesionales **de diferentes especialidades que apoyan al paciente durante los dos años** que dura cualquiera de nuestros tratamientos.

El paciente, durante los **dos años que dura el tratamiento**, debe tener el apoyo constante de un grupo de especialistas cuyo objetivo es modificar y supervisar la conducta alimentaria y sus hábitos de vida.

En caso de optar por cualquier tratamiento, debe tener en cuenta que **tiene que contar, como mínimo**, con un servicio de:

- **Seguimiento nutricional:** un equipo de nutricionistas y dietistas se encarga de reeducar los malos hábitos alimenticios que pueda tener el paciente para que pueda perder peso de un modo sano y saludable.
- **Seguimiento psicológico:** un equipo de psicólogos acompaña y ayuda al paciente en un momento de cambios físicos que afectan a lo psicológico.

Cada paciente requiere un tratamiento específico que será determinado por su equipo médico. En **Obesidad López-Nava** todas las intervenciones incluyen un **seguimiento de dos años nutricional y psicológico**.

El tratamiento para bajar de peso debe ir seguido de una etapa de mantenimiento que asiente los nuevos hábitos de alimentación y de actividad física. Dicha etapa es adecuada para no recuperar el peso perdido.

Sin actitud de cambio a largo plazo, no se consigue tratar adecuadamente el problema de la obesidad y el sobrepeso.

## TIPOS DE TRATAMIENTOS PARA LA REDUCCIÓN DE ESTÓMAGO

Entre los distintos tratamientos que se emplea habitualmente para una reducción de estómago sin cirugía encontramos el uso del **balón intragástrico** o la reducción de estómago por endoscopia, con el **método POSE 2** y el **método Apollo**, haciendo uso de los últimos avances en tecnología, y consiguiendo grandes resultados.

La elección entre estos tratamientos debe realizarla el paciente con el correcto asesoramiento de su equipo médico. En la Unidad de Endoscopia Bariátrica del doctor López-Nava, se realiza una evaluación previa a la intervención, buscando de forma personalizada el tratamiento que mejor se ajuste a las necesidades de la persona.



# BALÓN INTRAGÁSTRICO (BIG)

## ¿QUÉ ES EL BALÓN INTRAGÁSTRICO (BIG)?

El **balón intragástrico** (o balón gástrico) es un **tratamiento endoscópico** utilizado desde **2000** contra el sobrepeso y la obesidad. La obesidad es una enfermedad que depende de varios factores y su tratamiento debe efectuarse desde un enfoque multidisciplinar.

La colocación del balón **se realiza sin intervención quirúrgica**: el balón se introduce por la boca, mediante endoscopia. El procedimiento **dura apenas 15 minutos y no se realizan incisiones ni cicatrices externas**. El paciente puede regresar a su casa el mismo día de la intervención.

## LA INTERVENCIÓN DEL BALÓN INTRAGÁSTRICO

El balón gástrico se aloja en el estómago durante **un tiempo estimado de seis meses a un año**, periodo tras el cual se extrae, nuevamente, mediante endoscopia. La función del balón **retrasa la sensación de hambre y reduce la ingesta de alimentos** durante las comidas al producirse antes la sensación de saciedad precoz.



No hay que olvidar que el balón intragástrico **es un complemento y una ayuda** dentro de un tratamiento integral más amplio. Un equipo multidisciplinar (especialistas en aparato digestivo, psicólogos, nutricionistas, etc.) realiza el seguimiento del paciente durante un periodo de dos años.

En definitiva, **el objetivo no es solo la pérdida de peso** sino también que el paciente adopte unos hábitos de vida sanos y saludables **para que no recupere el peso perdido** y para que mejore en salud y calidad de vida.

## VENTAJAS DEL BALÓN INTRAGÁSTRICO

El balón intragástrico ofrece distintas **ventajas frente a otros tratamientos** contra la obesidad y el sobrepeso, entre las que destacan:

- **Sin incisiones** ni cicatrices externas, poco invasiva.
- Intervención **rápida (15 minutos)** y con todas las garantías.
- Postoperatorio menos doloroso y sin ingreso.
- Es **reversible**, el balón intragástrico (BIG) **se retira a los 6-12 meses** de tratamiento aproximadamente.

## ¿A QUÉ PACIENTES ESTÁ DESTINADO EL BALÓN INTRAGÁSTRICO?

El balón intragástrico está destinado a pacientes con un **Índice de Masa Corporal (IMC) a partir de 27**. De todos modos, se recomienda acudir al especialista para que determine qué tratamiento contra la obesidad se ajusta mejor a cada caso.

La **pérdida de peso normal** de un paciente que emplea este tratamiento va a depender de múltiples factores, entre ellos, el seguimiento de las indicaciones del equipo multidisciplinar.

IMC Recomendado:	> 27
Duración intervención:	15 min.
Duración del implante:	6-12 meses
Seguimiento:	2 años
Endoscopia inicial:	SI
Endoscopia final:	SI

## TESTIMONIOS DE PACIENTES DEL BALÓN INTRAGÁSTRICO

### DANIEL DELGADO: TESTIMONIO DE PACIENTE DE BALÓN INTRAGÁSTRICO

*“Pesaba 125 kg y con Obesidad López-Nava he perdido 45 kg en un año con el tratamiento de balón intragástrico.”*

**Daniel Delgado**, uno de los últimos pacientes de Obesidad López-Nava, **consiguió perder casi 45 kg** gracias al balón intragástrico, una técnica de reducción de estómago realizada por vía endoscópica, es decir, sin incisiones, suturas ni cicatrices externas.

*“Una cosa fundamental para el tratamiento es el seguimiento del dietista, seguir sus consejos y acudir a las citas de control programadas.”*

El seguimiento personalizado de **un equipo multidisciplinar**, formado por asesores deportivos, psicólogos y nutricionistas, **es fundamental para el éxito** del tratamiento. Asegúrese de contar con un equipo médico completo, no limitado únicamente al equipo de cirugía, si quiere conseguir los mejores resultados tras su intervención.

### GLORIA BARRALES (BALÓN INTRAGÁSTRICO DUAL)

*“Acudí a informarme sobre el procedimiento y el Dr. López-Nava me recomendó el **balón intragástrico** que se introduce en el cuerpo mediante endoscopia. Pesaba 120 kg y ahora peso 71 kg. He perdido 49 kg.”*

**Gloria Barrales** ha vivido una exitosa experiencia con el balón intragástrico, con la que **ha perdido casi 50 kgs.** en pocos meses.

*“Estoy encantada, ahora puede hacer cosas que antes no podía hacer o que no disfrutaba haciendo, como comprar ropa, salir con mis amigos o hacer ciertos deportes. Ahora disfruto mucho más de mis tiempos de ocio.”*

Gloria explica cómo ha mejorado su vida, física y emocionalmente, tras la intervención, pudiendo ahora realizar actividades que antes le resultaban imposibles y disfrutar más de su tiempo de ocio.

*“Pero perder casi 50 kg. no ha resultado tarea fácil. No vale con ponerse el balón, también hay que hacer una dieta y ser estricta. Además, no sólo esos factores, el equipo del Dr. López-Nava, el apoyo de los psicólogos, dietistas, entrenadores, etc. todos me han ayudado y apoyado muchísimo en esto. Las pautas y la ayuda que te ofrecen aquí te hacen que quieras seguir adelante en cada paso.”*

Adelgazar no es tarea fácil, pero Gloria destaca la importancia del apoyo, tanto de los nutricionistas, psicólogos y asesores deportivos, como de la familia y amigos, para que el tratamiento contra la obesidad se desarrolle con éxito.

**Adelgazar no solo es perder peso sino que también  
es ganar salud y mejorar la calidad de vida.**



# MÉTODO APOLLO Y MÉTODO POSE 2

## ¿QUÉ ES EL MÉTODO APOLLO?

El **Método APOLLO** y el **MÉTODO POSE 2** son tratamientos de **reducción de estómago por vía oral** que consisten en la realización de suturas en la cavidad interna del estómago evitando la cirugía abierta, es decir, mediante endoscopia, para limitar de este modo su capacidad.

El Método Apollo y el Método POSE 2 son las técnicas **más avanzadas y seguras** que existen actualmente en el tratamiento de la obesidad. Son realizadas a través de la boca, por lo que no hay cirugía, y mediante suturas o grapas, logramos reducir la cavidad interna del estómago. Con esto, se logra una pronta aparición de saciedad, con la consiguiente menor ingesta de alimentos.



Estos procedimientos, en los que el doctor López-Nava es experto mundial, conllevan enormes beneficios, tanto en la salud física como mental. No solo se consigue disminuir la presión arterial o los niveles de colesterol, sino que también desaparecen dolores articulares, se eleva la autoestima, o se consigue reducir o eliminar diabetes, apnea del sueño o hipertensión.

## VENTAJAS DEL MÉTODO APOLLO

El método APOLLO y el método POSE 2 son técnicas de reducción de estómago vía oral, mediante un endoscopio, que ofrecen una serie de ventajas frente a la reducción de estómago tradicional, entre las que podemos destacar:

- Técnica segura y poco invasiva
- Menor dolor y riesgo de infección
- Ausencia de cicatrices externas
- Recuperación en un periodo menor
- Corta estancia hospitalaria

## A QUE PACIENTES ESTÁ DIRIGIDO EL MÉTODO APOLLO

La obesidad y el sobrepeso no solo son factores de riesgo en la aparición de otras patologías, sino que muchas veces suponen un inconveniente a la hora de realizar determinadas intervenciones de otras especialidades (cardiología, traumatología...) y otras actividades diarias tan importantes como dormir o hacer ejercicio.

En muchos casos **los especialistas recomiendan el Método Apollo y el Método POSE 2** puesto que permiten una pérdida de peso más rápida, segura y sostenida que un método tradicional como es la dieta sin más. En este sentido los pacientes de Apollo y POSE 2 experimentan una pérdida de casi

un 200% más que con tratamiento exclusivamente dietético, lo que permite que sean intervenidos de sus otras patologías con mayor brevedad y seguridad, y restablecer la calidad de vida afectada.

De esta forma el Método Apollo y el Método POSE 2, al ser exclusivamente por la boca y sin cicatrices, se presentan como tratamientos más seguros y más rápidos que la reducción de estómago tradicional por cirugía. Están especialmente destinados a aquellos pacientes con un **Índice de Masa Corporal (IMC) entre 30 y 40**. Sin embargo, se recomienda acudir al especialista para que determine cuál es el mejor tratamiento según cada caso, ya que si tiene un IMC entre 30 y 40 existen distintos tratamientos recomendados que tendrá que valorar.

IMC Recomendado:	30 - 40
Duración intervención:	40 min.
Duración:	Indefinido
Seguimiento:	al menos 2 años
Endoscopia:	Intraoperatoria



Intervención por laparoscopia del Dr. López-Nava en el Hospital Univ. San Chinarro en Madrid

# ObesidadLópezNava

Experiencia, seguridad y eficacia

## SOBRE LA UNIDAD DE ENDOSCOPIA BARIÁTRICA DEL DOCTOR LÓPEZ-NAVA

Con más de 15 años de experiencia, la **Unidad del doctor López-Nava** cuenta con un gran bagaje profesional. El equipo, liderado por el **Dr. Gontrand López-Nava**, es un referente a nivel mundial en tratamientos endoscópicos de la obesidad, y destaca por su dedicación a la salud y bienestar del paciente y en el estrecho seguimiento que realiza todo el equipo.

**El doctor López-Nava** es una unidad especializada en tratamientos endoscópicos contra la obesidad con más experiencia del mundo,

- Equipo médico multidisciplinar
- Resultados publicados en revistas médicas internacionales
- Referentes internacionales en tratamientos del Método Apollo y Método POSE 2
- Organizadores del International Bariatric Endocopy Meeting (MIBE Meeting)
- Docencia en quirófano a decenas de médicos internacionales y en centros extranjeros como en el **Hospital Johns Hopkins de Baltimore (USA)** o la **Clínica Mayo (USA)**.
- Primeros casos en Europa de reducción de estómago mediante Método Apollo y Método POSE 2.
- Facultativo de la Sociedad Americana de Endoscopia (FASGE), Miembro de la Sociedad Española de Endoscopia (SEED), Miembro de la Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD) y Miembro de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO).

**Solicite una consulta gratuita** llamando al teléfono **686 655 741** y nuestro equipo le atenderá para para fijar una cita informativa y valorar su caso en concreto.

