

Obesidad: papel de la farmacia y del farmacéutico comunitario

La obesidad es una **enfermedad crónica, multifactorial, recidivante y sistémica** que representa uno de los principales desafíos sanitarios del siglo XXI.

El aumento global de la obesidad ha sido descrito como una pandemia silenciosa. Entre 1975 y 2022, su prevalencia se ha triplicado a nivel mundial, y según estimaciones del *World Obesity Atlas 2024*, más del 50 % de la población mundial vivirá con sobrepeso u obesidad para el año 2035 si no se toman medidas contundentes.

En la obesidad confluyen **determinantes genéticos, epigenéticos, neuroendocrinos, inmunológicos, conductuales, psicosociales y ambientales** que interactúan de forma dinámica a lo largo del tiempo, condicionando no solo la aparición del exceso de peso, sino también su mantenimiento y su resistencia al tratamiento convencional.

La obesidad no solo representa un factor de riesgo mayor para patologías como la diabetes *mellitus* tipo 2 (DM2), la hipertensión arterial (HTA), las dislipemias o las enfermedades cardiovasculares, sino que también tiene un impacto directo sobre la salud mental, el bienestar emocional y la calidad de vida. Más allá del impacto clínico, la obesidad conlleva una elevada carga social y psicológica. Numerosos estudios han demostrado su asociación con discriminación laboral, estigmatización sanitaria, baja autoestima, ansiedad, depresión y trastornos de la conducta alimentaria. Además, se ha observado que el estigma de peso está presente incluso en el ámbito sanitario, lo que condiciona una menor adherencia

al tratamiento y un peor pronóstico, además de una incuestionable peor atención al paciente. Por tanto, cualquier intervención eficaz en obesidad debe incluir un abordaje ético, libre de juicios, y que promueva el empoderamiento del paciente.

El correcto abordaje de la obesidad desde la farmacia comunitaria requiere una valoración estructurada, precisa y adaptada al entorno asistencial. La detección precoz, la identificación de factores de riesgo y la derivación adecuada al profesional sanitario correspondiente, son pasos fundamentales en el acompañamiento terapéutico del paciente con obesidad. Para ello, es necesario utilizar herramientas prácticas y validadas, así como establecer límites claros de actuación y derivación según la situación clínica detectada.

El primer paso en la valoración antropométrica es el cálculo del índice de masa corporal (IMC) definido como el peso en kilogramos dividido por la talla en metros al cuadrado (kg/m^2). El IMC permite clasificar al paciente según los criterios de la Organización Mundial de la Salud (OMS): normopeso (18,5–24,9), sobrepeso (25–29,9), obesidad grado I (30–34,9), grado II (35–39,9) y grado III o mórbida (≥ 40). Sin embargo, este índice tiene limitaciones importantes, ya que no distingue entre masa grasa y masa magra, ni identifica la distribución corporal del tejido adiposo.

Por ello, es fundamental complementar el IMC con la medición del perímetro de cintura, un indicador útil de obesidad visceral, que se asocia con mayor riesgo cardiovascular y metabólico.

En farmacias dotadas de mayor equipamiento, la bioimpedancia eléctrica (BIA) permite estimar la composición corporal de manera no invasiva, diferenciando entre masa grasa, masa magra y agua corporal total. Esta herramienta resulta especialmente útil no solo para valorar la eficacia de las intervenciones dietéticas, farmacológicas o de estilo de vida, sino también para monitorizar cambios corporales a medio y largo plazo y, sobre todo, para reforzar la motivación del paciente al visualizar progresos que no siempre se reflejan en el peso total. Además, permite clasificar el estado nutricional en función del porcentaje de grasa corporal, lo cual aporta una visión más precisa del riesgo cardiometabólico que el simple IMC.

La evolución hacia una farmacia clínica más especializada, la incorporación de nuevas tecnologías como la inteligencia artificial para la personalización de tratamientos, y el desarrollo de modelos de atención farmacéutica integrada, posicionan al **farmacéutico comunitario como un agente clave en la lucha contra la epidemia de obesidad** del siglo XXI.

La formación continuada, la colaboración interprofesional y la implementación de protocolos basados en evidencia son elementos esenciales para maximizar el impacto de la intervención farmacéutica en la mejora de la salud y calidad de vida de las personas que viven con obesidad.

El farmacéutico comunitario desempeña un papel fundamental y multifacético en el abordaje integral de la obesidad, actuando como:

- **Agente de detección precoz:** la accesibilidad de la farmacia comunitaria la convierte en un punto estratégico para la identificación temprana de factores de riesgo y el cribado de obesidad mediante herramientas validadas como el IMC, perímetro abdominal y bioimpedancia eléctrica.
- **Educador sanitario especializado:** el farmacéutico, por su formación científica y proximidad al paciente, está capacitado para proporcionar educación sanitaria basada en evidencia, desmitificar conceptos erróneos sobre la obesidad y promover cambios sostenibles en el estilo de vida.
- **Dispensador seguro y responsable:** la dispensación de medicamentos antiobesidad requiere conocimientos especializados sobre mecanismos de acción, pautas de dosificación, manejo de efectos adversos e interacciones farmacológicas. El farmacéutico garantiza el uso racional y seguro de estas terapias.
- **Coordinador asistencial:** la posición del farmacéutico en el sistema sanitario le permite actuar como nexo entre atención primaria, especializada y otros profesionales sanitarios, facilitando la continuidad asistencial y la derivación oportuna.
- **Innovador tecnológico:** la integración de herramientas digitales, aplicaciones móviles y dispositivos de monitorización potencia la eficacia de las intervenciones farmacéuticas y mejora la adherencia terapéutica.
- **Promotor de salud comunitaria:** a través de campañas educativas, talleres grupales y colaboraciones locales, el farmacéutico contribuye a la prevención primaria de la obesidad y la promoción de hábitos saludables en la población.

Calendario previsto del Plan Nacional de Formación Continuada.
Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Curso	Plazos de inscripción	Duración	Más información
Formación en competencias digitales	Hasta 01/01/2026	01/10/2025-30/06/2026	
Implanta. Reacondicionamiento de medicamentos utilizando SPD (3ª edición)	Hasta 14/01/2026	19/01/2026-17/03/2026	
Introducción a los productos sanitarios	Hasta 14/01/2026	19/01/2026-23/03/2026	
Formas estériles	Hasta 14/01/2026	19/01/2026-23/02/2026	
Formas líquidas de administración tópica: soluciones, suspensiones, colodiones, champús y lacas de uñas (2ª edición)	Hasta 14/01/2026	19/01/2026-23/02/2026	
Formación a tutores de prácticas tuteladas (2ª edición)	Hasta 28/01/2026	02/02/2026-15/06/2026	
Obesidad: más que una cifra (2ª edición)	Hasta 04/02/2026	09/02/2026-09/03/2026	
MEDyFAR - Abordaje de la cesación tabáquica	Hasta 08/03/2026	24/03/2025-23/03/2026	

**Calendario previsto del Plan Nacional de Formación Continuada.
Consejo General de Colegios Farmacéuticos**

Curso	Plazos de inscripción	Duración	Más información
Antienvejecimiento y fotoprotección	Hasta 11/03/2026	16/03/2026-18/05/2026	
Garantía Farmacéutica en la cadena de suministro. Buenas Prácticas de Distribución (2ª edición)	Hasta 01/04/2026	06/04/2026-15/06/2026	
Farmacología y farmacoterapia de las patologías infecciosas y parasitarias (2ª edición)	Hasta 08/04/2026	13/04/2026-12/10/2026	

	Teléfonos	Horario
Línea Directa del PNFC ⁽¹⁾ tutoriafc@redfarma.org		L-J: 9:00-18:00 h. V: 8:00-15:00 h.
Información e inscripciones (Centro de atención colegial) cac@redfarma.org	91 431 26 89	L-J: 9:00-18:00 h. V: 8:00-15:00 h.
Secretaría Técnica Administrativa ⁽²⁾ secretariatecnica@cgcof@redfarma.org	91 432 41 00 Fax 91 432 81 00	L-V: 9:30-14:00 h. L-J: 16:00-17:30 h.

1 Consultas sobre contenidos técnico-científicos.

2 Consultas sobre corrección de exámenes y certificados.

Direcciones de interés

Cuestionarios / Sugerencias	Consejo General de Farmacéuticos C/ Villanueva 11, 7ª - 28001 MADRID
Sección de formación continuada en Farmacéuticos	http://www.farmaceuticos.com/farmaceuticos/formacion/
Plataforma de formación online	https://formacion.nodofarma.es