

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Oct 30, 2020

Problemas de peso en adultos: preguntas para hacerle al médico

Si cree que puede tener sobrepeso, puede hablar con su médico para obtener más información. A continuación se presentan algunas preguntas que es posible que desee hacer cuando vea a su médico por primera vez, así como preguntas sobre la dieta, el ejercicio, los tratamientos con medicamentos y la cirugía.

Preguntas generales

- Tengo sobrepeso? ¿Tengo mucho sobrepeso (obesidad)? ¿Cómo lo sabes?
- Cuánto peso debo perder? ¿Cuánto tiempo podría tardar?
- Qué pasará si no pierdo peso?
- Mi peso ha dañado mi salud? ¿Cómo?
- Cuál es la mejor manera de perder peso?
- Me puedes ayudar? ¿Debo consultar a un especialista?
- Una vez que he perdido peso, ¿cómo puedo mantenerlo?

Preguntas sobre la dieta y el ejercicio

- Si empiezo a hacer ejercicio, ¿cuánto debo hacer? ¿Y con qué frecuencia?
- Qué tipo de ejercicio debo hacer?
- Cómo debo cambiar lo que como? ¿Hay ciertas dietas o enfoques de alimentación que recomiendas?
- Debo consultar a un dietista?

Preguntas sobre medicamentos

- Puede el tratamiento farmacológico ayudarme a perder peso?
- Qué medicamento funcionará mejor para mí?
- Cuáles son los efectos secundarios?
- Cuánto tiempo tendré que tomarlo?

Preguntas sobre la cirugía

- La cirugía para bajar de peso es una opción para mí?
- Cuáles son los riesgos y beneficios de la cirugía?
- Cómo tendré que cambiar mis hábitos alimenticios después de la cirugía?
- Cuánto peso perderé si me someto a una cirugía?

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

