

Índice de masa corporal y cirugía

¿Qué es el IMC?

El índice de masa corporal (IMC) es una fórmula que utiliza la altura y el peso para evaluar el riesgo de padecer enfermedades relacionadas. Los estudios demuestran que esta fórmula es la mejor manera de predecir la grasa corporal que cualquier otra medida. Sin embargo, no es perfecto y no debe ser la única medida que se tenga en cuenta. Por ejemplo, las personas con alta densidad muscular (como los deportistas) pueden estar perfectamente sanos con un IMC más alto.

Medidas estándar del IMC

Bajo peso	El IMC es inferior a 18.5
Peso normal	El IMC es de 18,5 a 24.9
Sobrepeso	El IMC es de 25 a 29.9
Obeso	El IMC es de 30 a 34.9
Alta obesidad	El IMC es de 35 a 39.9
Obesidad mórbida	El IMC es de 40 o más

¿Por qué es importante el IMC a la hora de operarse?

Se sabe que las personas que tienen un IMC de 40 o más tienen más complicaciones durante la cirugía. Estas complicaciones incluyen las siguientes:

- Mayor riesgo de mortalidad (muerte)
- Mayor tiempo de funcionamiento
- Aumento de la pérdida de sangre
- Mayores tasas de readmisión
- Mayores tasas de infecciones del sitio quirúrgico

Recomendaciones quirúrgicas

Su médico de atención primaria comprobará su IMC antes de programar una consulta de cirugía. Si es de 40 o más, es posible que tenga que esperar para programar la cirugía hasta que su IMC sea inferior a 40. Una nutrición sana, la planificación de las comidas y la consulta con un especialista en ejercicio físico pueden ayudar a reducir el IMC. Hablar con un médico especializado en medicina de la obesidad también puede ayudar.

¿Dónde puedo encontrar más información?

- **Asesoramiento nutricional de Intermountain Live Well:**
intermountainhealthcare.org/services/wellness-preventive-medicine/live-well-centers/healthy-at-home/nutrition/
- **Apoyo al ejercicio y la actividad física de Intermountain Live Well:**
intermountainhealthcare.org/services/wellness-preventive-medicine/live-well-centers/healthy-at-home/exercise/
- **Apoyo emocional de Intermountain Live Well:**
intermountainhealthcare.org/services/wellness-preventive-medicine/live-well-centers/healthy-at-home/mental-wellbeing/

