

**A. MACPHERSON** Barcelona

Una sonda nasogástrica de niños permite a los pacientes que quieren adelgazar entre 4 y 15 kilos estar nutridos sin comer, sin bajones de insulina, sin perder músculo, pero perdiendo hasta el 10% del peso (el 8% en mujeres) en diez días. Eso es lo que promete la dieta enteral Planas, que es como han bautizado a este sistema que los responsables de nutrición y dietética de la clínica prueban desde hace un año y que ya han emprendido una treintena de personas con sobrepeso.

La base es "lo observado en las UCI: esta alimentación enteral durante un número de días limitado consume las grasas, no la masa muscular", indica el responsable de la unidad, el doctor Manuel Sánchez. La clave era "dar un empujón a quien intenta adel-

La clínica Planas prueba un protocolo para bajar peso rápidamente con nutrición por sonda

Alimento de UCI para adelgazar

gazar", lograr un bajón rápido muy controlado y sin otras consecuencias metabólicas y, a partir de ahí, aplicar la receta clásica: dieta hipocalórica, ejercicio, cambio de hábitos.

El procedimiento consiste en ingresar en la clínica diez días, aunque para los que vivan cerca, bastará con tres y, el resto, en casa aunque acudiendo dos veces al día a ajustar la alimentación. Se

les coloca una sonda nasogástrica pediátrica, de dos milímetros de grosor, conectada a una bomba que suministra una alimentación continua y que se lleva en una mochila. El contenido se va ajustando en función de los parámetros que se miden en los análisis diarios. Durante ese período sólo pueden beber agua, té o infusiones. Una vez pasado el tratamiento de choque, los pacientes

se someten a una reeducación alimentaria de dos semanas con dieta y complementos. Todo ello, con ayuda de ejercicios físicos dirigidos por un entrenador. "Porque como están nutridos, tienen energía para hacer ejercicio", explica el doctor Sánchez.

"Y sin efecto rebote", asegura el director médico de la clínica, el doctor Jorge Planas. Ese efecto, habitual en las dietas que buscan la bajada rápida de peso, se evita, asegura, "gracias al mantenimiento de los niveles de insulina". El procedimiento se inspira también en el uso histórico del ayuno: muchas de las dietas de choque existentes lo utilizan "pero es un ayuno controlado y sin hambre".

El método enteral está dirigido a personas con un índice de masa corporal preobeso, entre 25 y 30 (el índice de masa corporal se cal-

cula dividiendo el peso por el doble de la estatura). "No había nada para ellos", indica Jorge Planas. "Porque el balón intragástrico se coloca a partir de un índice 30. En cambio, el mayor grupo de sobrepeso está en el nivel ante-

El procedimiento suma diez días de alimentación por sonda y dos semanas para reeducar hábitos

rior, entre 25 y 30". Los pacientes son en su mayoría personas que habían intentado otras dietas y no lograban seguir las. La continuidad en los hábitos suele ser lo más difícil. Cuesta de 3.000 y 5.000 euros.●