

Nota de prensa

“Razones de Peso”: la nueva iniciativa de concienciación de Lilly que reúne a Vicky Martín Berrocal, Alba Díaz, Dani García y Toni Nadal, junto con otros referentes nacionales, para cambiar la mirada sobre la obesidad y el sobrepeso

- La compañía médica Lilly impulsa una nueva iniciativa de concienciación que une cultura, deporte, gastronomía y salud para hablar de obesidad y sobrepeso desde una perspectiva más cercana
- La prevalencia de la obesidad en nuestro país se sitúa en el 18% de la población adulta, y supera el 50% cuando se suman los casos con sobrepeso¹
- En nuestros días, la obesidad es una enfermedad infradiagnosticada y estigmatizada socialmente², lo que dificulta que las personas que tienen obesidad pidan ayuda a los especialistas
- Otros profesionales que se incorporan a la iniciativa son Andrés Iniesta, el nutricionista Aitor Sánchez, los médicos Cristóbal Morales y José Abellán, la enfermera Esther Gómez, la psicóloga Alicia González y la profesora de Yoga y experta en bienestar Xuan Lan
- ‘Razones de Peso’ cuenta con el aval de la Sociedad Española para el Estudio de Obesidad (SEEDO) y de Asociación Nacional de Personas que Viven con Obesidad (ANPO)

Madrid, 1 de junio de 2026.-

La obesidad sigue siendo una de las enfermedades más estigmatizadas y peor entendidas socialmente, incluso por las personas afectadas². Casi 2 de cada 3 personas con obesidad creen que se puede resolver “comiendo menos y moviéndose más”, según una encuesta



internacional realizada en 14 países³. En la actualidad, la obesidad afecta ya al 18% de la población adulta en España¹ y, si se añade a las personas con sobrepeso -la antesala de la obesidad-, este porcentaje, a día de hoy, supera el 50%¹.



La obesidad es una patología crónica que continúa **asociándose erróneamente a la falta de voluntad** o a decisiones individuales, dejando en segundo plano la complejidad de una enfermedad en la que pueden intervenir múltiples factores⁴.

Con el propósito de contribuir a cambiar esta conversación social sobre el sobrepeso y la obesidad, **la compañía médica Lilly lanza ‘Razones de Peso’, una nueva iniciativa de concienciación** que reúne a perfiles reconocidos de ámbitos como la cultura, el deporte, la gastronomía y la salud con el objetivo de motivar una conversación más empática e informada sobre la obesidad, el sobrepeso y la importancia que tiene su prevención y abordaje integral.

*“Con ‘Razones de Peso’ buscamos abrir una conversación real sobre el exceso de peso, para visibilizar la complejidad de una enfermedad que sigue rodeada de estigmas y prejuicios que no ayudan a las personas afectadas. Contar con voces tan diferentes nos permite llegar a públicos distintos y trasladar la diversidad de experiencias al tiempo que reforzamos la necesidad de un abordaje personalizado e integral”, asegura **Teresa Millán, directora de Asuntos Corporativos de Lilly España.***

Estos prejuicios acerca del peso no solo afectan al ámbito social y profesional, sino también al sanitario. Un informe internacional revela que el 82% de las personas con obesidad que han hablado con un médico sobre su peso recibieron únicamente recomendaciones centradas en el estilo de vida³, sin establecer un plan integral, un enfoque simplista y desactualizado que, según los expertos, en la actualidad reforzaría la narrativa del “fracaso personal” y dejaría en segundo plano la complejidad de la enfermedad.

Perfiles muy distintos para una conversación necesaria

La campaña reúne a voces de diferentes generaciones, sectores y trayectorias personales para abordar la obesidad desde perspectivas complementarias y conectar con públicos muy diversos.

En el ámbito deportivo, **Toni Nadal** aporta su visión sobre hábitos, disciplina y bienestar desde su experiencia ligada al alto rendimiento. La gastronomía también tiene un papel relevante dentro de ‘Razones de Peso’ a través de **Dani García**, que reflexiona sobre la relación entre alimentación, disfrute y equilibrio, alejándose de discursos restrictivos y simplistas en torno a la comida.

Por su parte, **Vicky Martín Berrocal y Alba Díaz** suman una conversación cercana y honesta sobre imagen, presión estética, autoestima y cómo ha evolucionado la forma de hablar del cuerpo entre generaciones.

El **Dr. Cristóbal Morales**, especialista en Endocrinología y Nutrición, añade la voz de la ciencia.



La campaña incorpora además a otros perfiles divulgativos y expertos en salud y bienestar que ayudan a trasladar información rigurosa y accesible sobre obesidad. Entre ellos se encuentran **Aitor Sánchez**, referente en divulgación nutricional; **Esther Gómez**, conocida por acercar contenidos de salud al gran público; **Alicia González y José Abellán**, que aportan contexto científico y médico para entender la obesidad desde una perspectiva integral, y **Xuan Lan**, instructora de yoga y especialista en bienestar.

A través de testimonios, entrevistas y conversaciones con cada uno de ellos, ‘Razones de Peso’ busca trasladar un mensaje claro: con las cifras crecientes de obesidad y sobrepeso es el momento de poner el foco para que haya una **mejor información y conciencia social** que ayude a eliminar los juicios y estigmas a los que se enfrentan las personas con obesidad.

Una enfermedad que no se elige

La obesidad se define como una **enfermedad compleja, multifactorial, crónica y recidivante**, caracterizada por una acumulación de tejido adiposo disfuncional y asociada a más de 200 enfermedades, entre ellas la diabetes tipo 2, la hipertensión arterial, la apnea obstructiva del sueño, problemas de salud mental e incluso varios tipos de cáncer⁴. Sin embargo, el estudio internacional revela una importante laguna de conocimiento: solo el 53% de las personas con obesidad asocia esta enfermedad con la diabetes tipo 2, el 52% con la enfermedad cardiovascular y apenas un 18% con determinados tipos de cáncer³.

Existen **múltiples factores que pueden influir en su desarrollo** —genéticos, endocrinos, ambientales o metabólicos⁴— y, aunque mantener hábitos saludables es fundamental, en muchos casos puede no ser suficiente. Los estudios señalan además que, cuando una persona ha convivido con exceso de peso durante mucho tiempo, su organismo puede desarrollar una resistencia biológica a la pérdida de peso, llegando a quemar menos calorías o disminuir la sensación de saciedad⁵⁻⁶.

“Saber más sobre por qué puede ser difícil perder peso, es fundamental para comenzar a abordar las causas subyacentes de la obesidad y tomar el control de la enfermedad. Es urgente que la población reconozca la obesidad -y el sobrepeso como antesala- como la enfermedad que es, como ocurre con otras patologías”, afirma el Dr. Cristóbal Morales, especialista en Endocrinología y Nutrición.

El legado de “El Peso de lo Invisible”

‘Razones de Peso’ es la evolución de ‘El Peso de lo Invisible’, la iniciativa que desde 2024 trabaja para concienciar sobre la realidad de la obesidad. Desde su puesta en marcha, más de 9.000 personas han participado en los puntos informativos itinerantes, donde han podido realizarse pruebas gratuitas de composición corporal,



conocer mejor su salud metabólica y recibir información sobre obesidad y hábitos saludables.

Sobre Lilly

Lilly es una compañía médica que transforma la ciencia en soluciones de salud para mejorar la vida de las personas en todo el mundo. Durante casi 150 años, hemos sido pioneros en descubrimientos que cambian vidas y hoy en día nuestros medicamentos ayudan a más de 51 millones de personas en todo el mundo. Aprovechando el poder de la biotecnología, la química y la genética, nuestros científicos están trabajando con urgencia en nuevos hallazgos para resolver algunos de los desafíos de salud más importantes del mundo: redefinir el cuidado de la diabetes; tratar la obesidad y reducir sus efectos más devastadores a largo plazo; avanzar en la lucha contra la enfermedad de Alzheimer; proporcionar soluciones a algunos de los trastornos más debilitantes del sistema inmunitario; y progresar en el tratamiento de los cánceres de más difícil abordaje. Con cada paso hacia un mundo más saludable, nos motiva una cosa: mejorar la vida de más millones de personas. Esto incluye la realización de ensayos clínicos innovadores que reflejen la diversidad de nuestro mundo y el trabajo para garantizar que nuestros medicamentos sean accesibles y asequibles. Para obtener más información, visite [Lilly.com/es](https://www.lilly.com/es) o síganos en LinkedIn.

Referencias

1. Estudio ENE-COVID: Situación ponderal de la población adulta en España. Informe. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Ministerio de Consumo). Centro Nacional de Epidemiología (Instituto de Salud Carlos III). Mayo 2023.
2. El estigma de la obesidad y su impacto en la salud: una revisión narrativa, 2021 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2530016422000301?via%3Dihub>
3. Global Perceptions of Obesity. Ipsos Syndicated Study. Marzo 2026.
4. Guía española GIRO. Guía española del manejo integral y multidisciplinar de la obesidad en personas adultas. Sociedad Española de Obesidad (SEEDO). <https://www.seedo.es/index.php/guia-giro>. Último acceso: enero 2026
5. Ross R, et al. Nat Rev Endocrinol. 2020;16(3):177-189; Choe SS, et al. Front Endocrinol (Lausanne). 2016;7:30.
6. Greenway FL. Physiological adaptations to weight loss and factors favouring weight regain. Int J Obes (Lond). 2015;39 (8):1188-1196.
7. Ochner CN, Barrios DM, Lee CD, Pi-Sunyer FX. Biological mechanisms that promote weight regain following weight loss in obese humans. Physiol Behav, 2013;120:106-113.