

Obesos, pero sanos

R.I.

SALUD

Especialistas Pacientes Patologías

Última revisión: miércoles 05 de septiembre de 2012

Compartir



1



12



0



En determinadas situaciones, la obesidad no se relaciona con un mayor riesgo de mortalidad asociada a enfermedad cardiovascular. Fotolia

Las personas pueden ser obesas, pero **metabólicamente saludables** y estar en forma, sin que ello suponga tener un mayor riesgo de desarrollar o morir por enfermedad cardiovascular o cáncer que aquellas personas con un peso normal. Eso es lo que dice el estudio más grande realizado hasta ahora sobre este tema, que se publica hoy en [European Heart Journal](#), y que ha coordinado Francisco Ortega, del Departamento de la Actividad Física y el Deporte de la [Universidad de Granada](#) y del Departamento de Biociencias y Nutrición del Instituto Karolinska (Suecia).

Los resultados, explica a ABC Ortega, demuestran que hay un subgrupo de personas obesas que son metabólicamente saludables, es decir, que no sufren patologías como resistencia a la insulina, diabetes y colesterol alto o hipertensión arterial, y que además tienen una buena condición física. Y es un número nada despreciable, dice este investigador: «el 46% de las 43.265 personas analizadas en este trabajo eran metabólicamente sanos». Es decir, subraya Ortega, «**ser obeso no parece tener un efecto perjudicial sobre su salud** y, lo más importante, los médicos deberían tener esto en cuenta cuando atienden a una persona obesa».

Es cierto que la obesidad está ligada a un gran número de enfermedades crónicas, como la enfermedad cardiovascular o el cáncer. Sin embargo, explica Ortega, de alguna manera este subgrupo de pacientes **parecen estar protegidos de las complicaciones metabólicas relacionadas con la obesidad**. «Tienen una mayor capacidad cardiorrespiratoria que otros individuos obesos, pero, hasta ahora, no se sabía hasta qué punto estas personas metabólicamente sanas, pero obesas, tenían un menor riesgo de enfermedad o de muerte prematura».

Forma física

Ortega, que durante la investigación trabajaba en la Universidad de Carolina del Sur (EE.UU.) bajo la dirección de Steven Blair, subraya que el hecho diferencial de este análisis es que no sólo se ha tenido en cuenta la obesidad, «que sí es factor de riesgo cardiovascular», sino otros parámetros fundamentales: **la forma física y el estado metabólico**. Y, asegura, si se contemplan todos estos factores en conjunto vemos que una grande parte de los obesos, casi la mitad, «**están sanos**».

El estudio se inició en 1979 y los investigadores siguieron a los pacientes hasta 2003. Según Ortega, todos completaron un cuestionario detallado, con información de sus antecedentes médicos y su estilo de vida; además, se les realizaba un examen físico que incluía una prueba de esfuerzo para evaluar su aptitud cardiorrespiratoria y se valoró su Índice de Masa Corporal (IMC) y su porcentaje de grasa corporal.

Los resultados mostraron que las personas metabólicamente sanas, pero obesas, tenían un riesgo de un 38% menor de mortalidad por cualquier causa que las personas obesas metabólicamente poco saludables, mientras que no se observaron diferencias significativas entre los obesos y metabólicamente sanos y las personas con un peso normal y sanos desde un punto de vista metabólico. Y además, el riesgo de desarrollar o morir por enfermedad cardiovascular o cáncer se redujo entre un 30-50% en las personas obesas, pero metabólicamente sanas.

Ortega subraya que hay dos conclusiones principales que se derivan del estudio. En primer lugar, se debe considerar una mejor condición física como una característica de este subgrupo de obesos metabólicamente sanos. Además, « nuestro estudio muestra por primera vez que los individuos obesos, pero metabólicamente sanos, tienen un pronóstico similar al de las personas con peso normal y metabólicamente sanas»

Los resultados, a juicio de Ortega, sugieren que los médicos deben tener en cuenta que «no todas las personas obesas tienen el mismo pronóstico». Se deben valorar, resalta, marcadores de la condición física y del estado metabólico para hacer una mejor estimación del riesgo de enfermedad cardiovascular y de cáncer en estos pacientes obesos.

La «paradoja de la obesidad»

El otro estudio, realizado en la Academia Sahlgrenska de la Universidad de Gotemburgo (Suecia), ha analizado datos de más de 64.000 pacientes del Registro sueco de angiografía coronaria y angioplastia, y parece confirmar lo que se denomina la «paradoja de la obesidad», que sugiere que una vez que una persona ha desarrollado una enfermedad cardíaca parece tener un **menor riesgo de morir si tiene sobrepeso o es obeso**, que si su peso es normal o bajo.

Los investigadores estudiaron a 64.436 pacientes que habían desarrollado un síndrome coronario agudo -angina inestable o infarto de miocardio- y que se habían sometido a una angiografía coronaria entre mayo de 2005 y diciembre de 2008. Según explicó Oskar Angerås, coordinador de la investigación, los pacientes con el riesgo más bajo eran, paradójicamente, los que tenían con sobrepeso u obesidad, con un IMC que van de 26,5 a 35 kg/m2. «El riesgo de mortalidad por enfermedad cardiovascular más alto se encontró en los pacientes con un peso muy bajo y en aquellos con obesidad mórbida».

Sin evidencias

Se sabe que mantener un peso saludable es una de las vías para evitar el desarrollo de problemas de corazón. Sin embargo, los investigadores advierten que los consejos para reducir el peso se han extendido a los pacientes con sobrepeso y obesos que ya han desarrollado problemas de corazón, a pesar de que apenas hay evidencias científicas de que sea una medida eficaz. «Creemos -señalan los investigadores suecos- que **no hay evidencias que demuestren que la reducción de peso por sí misma tenga un valor predictivo positivo después de haber sufrido un síndrome coronario**. En realidad, algunas evidencias sugieren que la pérdida de peso puede, de hecho, tener un efecto negativo».

En un editorial que acompaña a ambos informes, se señala que los datos de estos y de otros estudios disponibles permiten concluir que la pérdida de peso en pacientes con enfermedades crónicas y un IMC <40 kg/m2 siempre es malo; «de hecho **no existe un solo estudio que demuestre que la pérdida de peso en la enfermedad crónica prolongue la supervivencia de los pacientes**». Y añade que, en este contexto, el tejido graso tiene distintos efectos beneficiosos, «y se debe reconocer que la obesidad no está necesariamente asociada con la función metabólica anómala».

La información médica ofrecida en esta web se ofrece solamente con carácter formativo y educativo, y no pretende sustituir las opiniones, consejos y recomendaciones de un profesional sanitario. Las decisiones relativas a la salud deben ser tomadas por un profesional sanitario, considerando las características únicas del paciente.

Conoce nuestros nuevos comentarios

Me gusta

▶ ABC id

f Connect

t Twitter

Añadir Comentario



Escriba su comentario.

La actualización en tiempo real está **pausada**. (Continuar)

Mostrando 0 comentarios

Ordenar por: los más recientes primero ▼

 [RSS](#)