

Europa Press 00:30

La acumulación de grasa abdominal y muscular en mayores con peso normal se asocia con síndrome metabólico

La acumulación de grasa abdominal y muscular en mayores con peso normal se asocia con síndrome metabólico, según un estudio del Centro Médico de la Universidad de Pittsburgh (Estados Unidos) que se publica en 'Archives of International Medicine'.

El síndrome metabólico es un trastorno que incluye niveles elevados de lípidos en sangre, resistencia a la insulina e hipertensión.

Según los expertos, además del sobrepeso y la obesidad los patrones de distribución de grasa en los adultos de mediana edad suponen un riesgo adicional para el síndrome metabólico, pero se desconocía si esto era similar en individuos de la tercera edad.

Los científicos examinaron la asociación entre los patrones de distribución de grasa corporal y el síndrome metabólico en 3.035 hombres y mujeres de entre 70 y 79 años. La distribución de grasa corporal se determinó utilizando escáneres de tomografía computerizada (TC). Los pacientes fueron examinados y caracterizados con síndrome metabólico si reunían al menos tres de los siguientes criterios: circunferencia de la cintura superior a 102,10 centímetros en hombres o 88,14 centímetros en mujeres; niveles elevados de triglicéridos; bajos niveles de colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL); hipertensión y altos niveles de azúcar, tratados o no.

Los individuos fueron clasificados como de peso normal, con sobrepeso u obesos en función del índice de masa corporal (IMC). Un IMC de menos de 25.0 fue considerado peso normal, sobrepeso se definió con un IMC de entre 25.0 y 29.9 y obeso fue definido con un IMC superior a 29.9.

La grasa encontrada en los tejidos más profundos y alrededor de los órganos del cuerpo en vez de justo bajo la piel (grasa visceral) se asoció con el síndrome metabólico en personas de la tercera edad tanto si ellos eran de peso normal, padecían sobrepeso u obesidad. La grasa abdominal subcutánea se asoció con síndrome metabólico sólo en los hombres de peso normal. La grasa intermuscular se asoció con el síndrome en hombres con peso normal y sobrepeso.

Según los autores, la grasa subcutánea del muslo se asoció inversamente con el síndrome metabólico en hombres y mujeres obesos. Tener más de este tipo de grasa hizo a los individuos menos propensos a tener síndrome metabólico.

Los autores concluyen que el exceso en la acumulación de grasa visceral abdominal o muscular se asocia con una mayor prevalencia de síndrome metabólico en la tercera edad, particularmente entre aquellos que tienen peso normal. Esto sugiere que los especialistas no deberían descartar el riesgo de síndrome metabólico en sus pacientes más mayores sólo sobre la base del peso corporal o IMC. Además, la composición generalizada del cuerpo, en términos de IMC y de proporción de grasa corporal, no distingue claramente a los sujetos más mayores con síndrome metabólico.