

11 de junio de 2005

ENDOCRINOLOGÍA

El perímetro de la cintura, vital al evaluar el riesgo coronario

La Asociación Española de Pediatría ha premiado un estudio realizado por especialistas del Hospital Reina Sofía, de Córdoba, sobre la relación entre la obesidad y la actividad de la insulina, que se presenta como la principal causa del síndrome metabólico.

ALEJANDRA RODRÍGUEZ

Si siguen apareciendo evidencias como las que publica hoy 'Medicina' 'Clínica', las consultas de los facultativos deberán añadir un 'nuevo' instrumento para valorar la salud cardiovascular de sus pacientes: una cinta métrica. El uso que se le ha de dar a este sencillo artílugo no es otro que el de medir el perímetro de la cintura ya que, según corrobora este nuevo trabajo, realizado por un equipo de la Universidad de Cádiz, dicho valor está íntimamente relacionado con la cantidad de grasa intraabdominal o visceral, un factor de riesgo coronario reconocido.

Además, los autores españoles han comprobado que el hecho de tener tripa indica claramente la existencia de alteraciones en el metabolismo de la glucosa y la insulina, otro indicador de las probabilidades de desarrollar diabetes tipo 2, una enfermedad que, a su vez, empeora el pronóstico cardiovascular.

Para llegar a esta conclusión, se reclutó una muestra de 194 varones jóvenes -26 años, por término medio- a los que realizaron un estudio antropométrico (peso, talla, índice de masa corporal, contorno de la cintura) y análisis para determinar su concentración de lípidos en sangre (colesterol total, el 'bueno' y el 'malo', además de los triglicéridos), ácido úrico, tensión arterial y metabolismo de los carbohidratos; lo que incluyó la respuesta del organismo ante la ingesta de azúcares, el funcionamiento de la insulina -que metaboliza la glucosa-, la secreción de esta hormona en las células beta del páncreas...

Con todos los datos en la mano, los autores pudieron comprobar que los sujetos cuya cintura media más de 94 centímetros tenían un riesgo moderado de sufrir anomalías relacionadas con la insulina. Si el metro subía por encima de los 102 el riesgo se convertía en elevado. El resto de parámetros que se tuvieron en cuenta en la investigación (colesterol, triglicéricos, obesidad...) coincidían con esta conclusión.

Es más, la medida de la cintura se mostró más fiable a la hora de cuantificar el riesgo cardiovascular que el Índice de Masa Corporal (IMC), un valor que se obtiene dividiendo el peso expresado en kilos entre el cuadrado de la altura expresada en



Una barriga prominente suele indicar riesgo cardiovascular.
EL MUNDO

centímetros y que se usa para determinar los diferentes grados de obesidad y sobrepeso. De hecho, «el 14% de los que tenían una circunferencia de la cintura igual o mayor de 94 [lo que ya les ponía en peligro] mostraban un IMC normal», rezan los resultados del estudio.

Esto no hace sino apuntalar la idea de que algunos pacientes pueden estar desarrollando cierto grado de resistencia a la insulina y complicaciones metabólicas que, en el futuro, pueden poner en riesgo su salud cardiovascular, incluso aunque ni siquiera pesen más de lo recomendado.

Xavier Formiguera, del Servicio de Medicina interna del hospital universitario Germans Trias i Pujol de Barcelona, y autor del editorial que se publica junto a este trabajo, apunta que los hallazgos logrados por los autores gaditanos coinciden con los que se han obtenido en otras investigaciones internacionales.

Además, aunque no se hayan incluido mujeres en la muestra, los datos sugieren que las conclusiones también son aplicables a las féminas. En estos casos la medida de corte cambia. «El riesgo de complicaciones metabólicas asociadas a la obesidad aumenta en las mujeres a partir de una cintura mayor de 80 cm (riesgo moderado) o de 88 cm (riesgo alto)», explica la doctora Mª José Santi, directora de la investigación.

Formiguera insiste en que «la asociación de la circunferencia de la cintura, como indicador de obesidad intraabdominal, y el riesgo cardiovascular es hoy día tan clara que se considera que es la medida más útil a la hora de evaluar el riesgo coronario». Pero, «además se corresponde con el peligro metabólico, en concreto con los trastornos del metabolismo hidrocarbonado, como es el caso de la diabetes tipo 2», apunta el experto.

Por todo ello, los especialistas recomiendan «no esperar más» para incorporar la medida de la cintura a la exploración clínica (y al historial médico) de todos los pacientes. Este factor posibilitaría «una pronta intervención», según Santi, ya que estos trastornos comienzan a gestarse en la infancia y la adolescencia.

Impuesto «antioresidencia»

Si las intenciones de algunos médicos de familia europeos se materializan, los alimentos poco saludables podrían empezar a pagar impuestos especiales, de la misma manera que ahora lo hacen el tabaco y el alcohol, dos drogas legales cuyos elevados costes sociosanitarios ya han sido superados por los que van aparejados a la obesidad y a sus complicaciones y comorbilidades (patologías secundarias).

Y es que una encuesta llevada a cabo por la Unión europea de Médicos de Familia éstos se muestran partidarios de penalizar a los fabricantes de algunos productos (fritos, procesados, comida rápida, alimentos excesivamente calóricos...), directamente relacionados con la escalada de la epidemia de obesidad que asola el Viejo Continente. Por su parte, los portavoces de varios países miembros de la Unión Europea han manifestado su intención de endurecer la normativa referente al etiquetado, de forma que ciertos productos (ricos en sal, azúcares o grasas, por ejemplo), no tengan acceso a mensajes saludables.