



V-055 - BENEFICIOS METABÓLICOS DE LA PÉRDIDA DE PESO EN UNA POBLACIÓN DE MUJERES METABÓLICAMENTE SANAS

M. Pacheco Yepes¹, M. Pérez Medina¹, S. Santamaría Fernández¹, J. Ruiz Navas², M. Bernal López¹, R. Gómez Huelgas³

¹Servicio de Medicina Interna. ²Servicio de Nutrición. ³UGC Medicina Interna. Hospital General. Málaga.

Resumen

Objetivos: Un porcentaje significativo de sujetos obesos, denominados obesos metabólicamente sanos (MHO), no presentan alteraciones metabólicas. Existe controversia acerca de si la pérdida de peso corporal aporta beneficios cardiometabólicos y si deberían ser priorizadas intervenciones preventivas. El objetivo principal es evaluar si una pérdida de peso significativa ejerce a corto plazo un beneficio en los parámetros metabólicos.

Métodos: Se incluyeron 105 mujeres metabólicamente sanas con un índice de masa corporal (BMI) entre 30-45 Kg/m², una edad comprendida entre 35-55 años y ≤ 1 de los siguientes 4 criterios de síndrome metabólico: TA $\leq 135/85$ mmHg, glucosa basal en ayunas ≤ 100 mg/dl, colesterol-HDL ≥ 50 mg/dl y triglicéridos ≤ 150 mg/dl. La población fue dividida en tres grupos según la pérdida ponderal obtenida en relación al peso basal, a los 3 meses de intervención (dieta mediterránea hipocalórica y ejercicio): $< 5\%$, $5-10\%$ y $> 10\%$ de pérdida de peso corporal. Se determinaron el perfil lipídico, HOMA-IR, insulinemia, marcadores inflamatorios (PCR de alta sensibilidad, IL-6, TNF- α), el índice de hígado graso y adipocinas (adiponectina, resistina), basales y a los 3 meses.

Resultados: La edad media de la población estudiada fue de $44,4 \pm 3,7$ años y el IMC $36,3 \pm 4,7$ Kg/m², sin diferencias significativas entre los 3 grupos. De la evaluación de los parámetros antropométricos y analíticos, basales y a los tres meses, se observó que el perfil lipídico y el índice de hígado graso mejoraron en los tres grupos, pero sólo las mujeres MHO con pérdidas ponderales $> 10\%$ redujeron los niveles de insulina y de HOMA-IR (tabla). La adiponectinemia y los marcadores inflamatorios (salvo la PCR con pérdida de peso $> 10\%$) no se modificaron en ningún grupo.

Parámetros basales vs tras 3 meses después de la pérdida de peso en los tres grupos estudiados

	Pérdida de peso	Basal	A los tres meses	p
Insulina (μ UI/ml) VN: 4-16	$< 5\%$	$11,0 \pm 3,6$	$13,0 \pm 6,0$	0,03
	$5-10\%$	$10,2 \pm 3,1$	$10,6 \pm 4,6$	0,9
	$> 10\%$	$11,3 \pm 5,3$	$9,2 \pm 1,5$	0,02
Índice HOMA-R VN: $< 2,73$ (*)	$< 5\%$	$2,4 \pm 0,8$	$2,9 \pm 1,4$	0,1
	$5-10\%$	$2,3 \pm 0,9$	$2,1 \pm 0,8$	0,5
	$> 10\%$	$2,4 \pm 1,2$	$1,9 \pm 0,3$	0,02
HDL- Colesterol (mg/dL) VN: > 50 mg/dl	$< 5\%$	$54,4 \pm 12,2$	$57,6 \pm 13,5$	0,001
	$5-10\%$	$58,9 \pm 11,0$	$55,6 \pm 11,2$	0,05
	$> 10\%$	$59,6 \pm 12,4$	$52,8 \pm 9,9$	0,001

No- HDL -Colesterol < 5%	139,4 ± 28,0	129,3 ± 34,4	< 0,0001
(mg/dl) VN: < 130	129,9 ± 28,1	121,0 ± 29,7	0,005
5-10%			
mg/dl > 10%	139,1 ± 25,2	122,7 ± 28,7	0,001
Índice hígado graso < 5%	74,9 ± 19,6	67,6 ± 22,3	< 0,0001
VN: < 30	78,7 ± 19,4	62,6 ± 13,7	< 0,0001
5-10%			
> 10%	73,4 ± 24,7	48,0 ± 28,9	< 0,0001

Conclusiones: La pérdida ponderal en mujeres MHO se asocia tan sólo con una mejoría modesta y parcial de los parámetros metabólicos. Únicamente pérdidas ponderales > 10% mejoran la sensibilidad a la insulina en esta población.