



Revista Clínica Española



<https://www.revclinesp.es>

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 ? 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-?), 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 ± 3,7 años y el IMC 36,3 ± 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 (?UI/ml) VN: 4-16	5%	11,0 ± 3,6	13,0 ± 6,0	0,03
	5-10%	10,2 ± 3,1	10,6 ± 4,6	0,9

> 10%	11,3 ± 5,3	9,2 ± 1,5	0,02	
Índice HOMA-R VN:5% 2,73 (*)		2,4 ± 0,8	2,9 ± 1,4	0,1
	5-10%	2,3 ± 0,9	2,1 ± 0,8	0,5
	> 10%	2,4 ± 1,2	1,9 ± 0,3	0,02
HDL- Colesterol (mg/dL) VN: > 50 mg/dl	5%	54,4 ± 12,2	57,6 ± 13,5	0,001
	5-10%	58,9 ± 11,0	55,6 ± 11,2	0,05
	> 10%	59,6 ± 12,4	52,8 ± 9,9	0,001
No- HDL -Colesterol 5% (mg/dl) VN: 130 mg/dl		139,4 ± 28,0	129,3 ± 34,4	0,0001
	5-10%	129,9 ± 28,1	121,0 ± 29,7	0,005
	> 10%	139,1 ± 25,2	122,7 ± 28,7	0,001
Índice hígado graso VN: 30	5%	74,9 ± 19,6	67,6 ± 22,3	0,0001
	5-10%	78,7 ± 19,4	62,6 ± 13,7	0,0001
	> 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.