



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 adipoquinas (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 5-10% | 129,9 ± 28,1 | 121,0 ± 29,7 | 0,005 |
| 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 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.