

# La obesidad abdominal y el riesgo de duplicar la probabilidad de muerte súbita.

**Las personas con obesidad abdominal son más propensas a padecer enfermedades cardíacas, duplicando el riesgo de sufrir muerte súbita. Así concluye un estudio de la Asociación Americana del Corazón.**

La obesidad abdominal se manifiesta cuando el índice cintura/cadera (ICC) es superior a 0,8 en mujeres y a 0,95 en hombres. Esto supone el doble de riesgo de sufrir un episodio de muerte súbita, según han afirmado miembros de la Sociedad Española de Cardiología (SEC) en relación a los resultados de esta investigación.

El presidente de la Sección de Electrofisiología y Arritmias de la SEC, Ángel Moya, explicó que "la obesidad abdominal es un índice de grasa visceral, y esta grasa está asociada a mayores alteraciones metabólicas en forma de intolerancia a la glucosa, disminución de la sensibilidad a la insulina, alteración del perfil lipídico, así como una mayor influencia en los procesos inflamatorios que la grasa acumulada en otras áreas, lo que lleva a un aumento del riesgo cardiovascular".

Asimismo, el estudio concluye que la obesidad abdominal tiene mayor influencia en la enfermedad cardiovascular, y en otras muchas enfermedades, que la obesidad general, por lo que recomiendan el cálculo del ICC frente al índice de masa corporal (IMC) y al perímetro de la cintura: "En concreto, el estudio muestra que con un índice de masa corporal elevado, el sujeto aumenta en un 34% el riesgo de muerte súbita, frente al 49% del perímetro de la cintura o al 100% del índice cintura/cadera".

Esta enfermedad conlleva una mayor sobrecarga hemodinámica, que puede acarrear hipertrofia de ventrículo izquierdo y, además, se asocia a alteraciones eléctricas como mayor número de extrasístoles, alargamiento del QT y disminución de la variabilidad de la frecuencia cardíaca. Todos ellos son factores que pueden aumentar el riesgo de arritmias.

En este sentido, Moya manifestó que la presencia de grasa en la zona central del cuerpo es mucho más relevante que en otras partes del organismo, "por lo que es recomendable utilizar este índice en el cálculo del riesgo de los pacientes". Por último, incidió en la "necesidad de tomar medidas, como mayores campañas de prevención o una estricta regulación de los alimentos, para frenar esta pandemia de obesidad que provoca por sí sola 28.000 muertes anuales"