

Por Efe
 cronica@diarielsurcl

El Índice de Masa Corporal (IMC), que establece si una persona tiene un peso adecuado, sería menos útil según se cumplen años, pues en el caso de la obesidad se puede experimentar una redistribución de la grasa y el músculo en el cuerpo sin variar su clasificación en el IMC.

Esa es la conclusión de un estudio que será presentado en el Congreso Europeo sobre Obesidad (ECO), que se celebrará en mayo en Málaga, España, y que se suma a otras voces que ponen en entredicho la validez del IMC.

La nueva investigación liderada por la Universidad de Tor Vergata (Italia) señala que las personas con obesidad e IMC similares presentan diferencias significativas en la composición corporal según su grupo de edad, por ejemplo con mayor grasa corporal especialmente en las regiones centrales y menor masa muscular en brazos y piernas.

Los autores sugieren que las personas con obesidad podrían experimentar una "redistribución" de sus compartimentos corporales (es decir, grasa y músculo) a medida que envejecen, pero que el IMC no registraría cambios significativos, lo que haría de este una herramienta menos útil.

En las personas con obesidad, todavía se sabe poco sobre los cambios a lo largo de la vida en las masas grasa y magra (formada por la masa muscular, el tejido óseo, los órganos internos y el agua corporal).

El estudio se realizó con 2.844 adultos con preobesidad o sobrepeso divididos por edad joven (20-39 años), edad media (40-59 años) y edad avanzada (60-79 años), que se compararon entre sí tras ser emparejados por peso corporal e IMC.

Los varones mostraron una



Se espera identificar nuevas herramientas para detectar estos cambios

El índice de masa corporal es menos útil a medida que las personas envejecen

Investigación de universidad italiana sugiere que las personas obesas "redistribuyen" grasa y músculos a medida que pasan los años, sin cambios relevantes en el índice.

tendencia creciente en el porcentaje total de grasa corporal y una grasa magra total decreciente, desde los más jóvenes a los de más edad, mientras que las mujeres mantuvieron valores similares en los tres grupos.

Los grupos de edad media y avanzada de ambos sexos mostraron un mayor porcentaje de grasa en el tronco, de +1,23% a +4,21%, y una menor masa magra apendicular de -0,81 kilos a -2,63 kilos, con respecto al grupo de

edad joven.

Los investigadores señalan que este último dato revela una mayor grasa abdominal y una menor masa muscular en brazos y piernas, a pesar de que todos los grupos de edad del estudio tenían un

IMC similar.

"Estos resultados indican claramente que no podemos basarnos únicamente en el IMC sin tener en cuenta el contenido y la distribución de la composición corporal de las personas con obesidad

El estudio se realizó con casi 3.000 personas con preobesidad o sobrepeso.

en los distintos grupos de edad", destacó Marwan El Ghoch, de la Universidad de Módena (Italia) y uno de los firmantes.

CONSECUENCIAS NEGATIVAS

Las personas con obesidad podrían experimentar, a medida que envejecen, una especie de redistribución de grasa y músculo, creando una mayor acumulación de grasa en el tronco y una disminución de la masa muscular en las extremidades, pero sin producirse cambios significativos en su IMC.

Esa redistribución puede tener consecuencias negativas para la salud, como inflamación crónica de bajo grado, resistencia a la insulina y aumento del riesgo de varias enfermedades cardiometabólicas.

El uso del IMC es para El Ghoch "inútil y engañoso", y abogó por más investigaciones para identificar nuevas herramientas sencillas de usar y capaces de detectar estos cambios en la masa y distribución de la grasa.

La validez del IMC para todo tipo de persona ha sido puesto en entredicho con anterioridad. A comienzos de año, una Comisión global respaldada por 75 organizaciones médicas publicó en The Lancet Diabetes & Endocrinology un nuevo enfoque para diagnosticar la obesidad.

La propuesta se basa en otras medidas de exceso de grasa corporal además del índice de masa corporal (IMC), así como en signos y síntomas objetivos de mala salud a nivel individual.