

## OBESIDAD Y FACTORES DE RIESGO CARDIOMETABOLICOS EN UNA POBLACIÓN DE ADULTOS MAYORES DE LA CIUDAD DE MÉXICO.

utores Maria Luisa Ponce López. Irma Araceli Aburto López\*, José Alberto Rivera Márquez  
\*\*.Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. UNAM\*, UAM Xochimilco \*\*. [mlponcel@hotmail.com](mailto:mlponcel@hotmail.com)

**Introducción.** En las últimas décadas, las condiciones de salud de la población adulta mayor mexicana han cambiado y algunos de estos cambios se explican por variables como el sedentarismo y una alimentación inadecuada en cantidad y calidad. Así, durante la vejez, surgen condiciones como la obesidad, que se relaciona con otras enfermedades crónico-degenerativas como la diabetes mellitus tipo II, las dislipidemias y la hipertensión arterial que, a su vez, son componentes del síndrome metabólico (SM). El SM incrementa conforme aumenta la edad. Envejecer en condiciones socioeconómicas desfavorables y carecer de protección social plantea, además, mayores impactos negativos a la salud y a la calidad de vida de ancianas y ancianos con SM que residen en áreas urbanas como la Ciudad de México y su Zona Metropolitana. **Objetivo.** Identificar la frecuencia de obesidad y síndrome metabólico en población adulta mayor de la Ciudad de México, explorando sus determinantes los principales componentes del síndrome metabólico. **Material y métodos.** Se estudiaron 161 sujetos de  $\geq 60$  años (59 hombres y 104 mujeres) de la Ciudad de México y su Zona Metropolitana. Se determinó la presencia de SM según el Tercer Panel para el Tratamiento de Adultos (ATP III), a partir de índice de masa corporal, índice cintura cadera, presión arterial, glicemia en ayuno, colesterol, triglicéridos y lipoproteínas de alta densidad. **Resultados.** Se observó un IMC de  $23.15 \pm 1.35$  normales ( $n=39$ ),  $27.8 \pm 1.38$  ( $n=69$ ) con sobrepeso,  $34.20 \pm 3.69$  ( $n=53$ ) obesidad, para IC; 60.4% sexo femenino y 23.3% masculino con riesgo, en ICC; 72.3% femenino y 8.3% masculino con riesgo, el de 37% ( $n=60$ ) de los sujetos estudiados fue diagnosticado con SM según los criterios de la ATP III. De la población con SM, 12% ( $n=20$ ) fueron hombres y 24% ( $n=40$ ) mujeres. Alrededor de 60% de la población tuvo obesidad central, 51% altos niveles de triglicéridos y 31% altos niveles de glucosa. En tanto, 71% de las personas adultas mayores con SM tuvieron antecedentes de tabaquismo y 15% fuma en la actualidad; 63% consumía alcohol en el pasado y 22% lo hace en actualmente y más del 60% tuvo o tiene una actividad física sedentaria. La dieta habitual de la mayor parte de los sujetos es a base de cereales, frutas, productos industrializados y alimentos de origen animal. **Discusión.** La Encuesta Nacional de Enfermedades Crónicas en México (ENEC 1993) reporta un 26 % de prevalencia SM ajustado a los criterios de ATP II, comparado con el 36.8% encontrado en el estudio realizado. En 2005, la OMS estimó que a nivel mundial existían aproximadamente 1 600 millones de personas con sobrepeso, y de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2006), en México más del 65% de población adulta presentó sobrepeso u obesidad. La obesidad abdominal se relaciona con la presencia de SM y ayuda a predecir la aparición futura de diabetes tipo 2 y aterosclerosis. A mayor perímetro de la cintura, mayor incidencia de complicaciones independientes del índice de masa corporal. El aumento en la incidencia del síndrome metabólico ha sido paralelo al de la obesidad, y esta última es la consecuencia de cambios muy importantes en los estilos de vida. Todo lo anterior sugiere que la prevención de obesidad es tal vez la forma más directa y efectiva de prevenir SM metabólico y sus costosas consecuencias. **Conclusiones:** La obesidad es un síndrome y principal factor de riesgo cardiometabólico, las prevalencias de obesidad y SM encontradas en este trabajo pueden ser una llamada de atención para que las autoridades en salud, las locales y las federales, a que canalicen mayores esfuerzos a la atención gerontológica. **Palabras claves:** Obesidad, Síndrome metabólico, ancianos. **Bibliografía:** -Norma Oficial Mexicana NOM-008-SSA-3 2010 para el manejo integral del sobrepeso y la obesidad-Aguilar SC, Rojas R, Gómez PFJ, Valles V Franco A, Olaiz G, Rull JA, Sepúlveda J. The Prevalence of Metabolic Syndrome in México. Arch Medical Rev. 2004; 109: 433-438.-Lorenzo C, Williams K, González-Villalpando, Lean MEJ, Haffner SM: The Prevalence of the Metabólic syndrome Did Not Increase in México City Between 1990-1992 and 1997-1999. Despite More Central Obesity. Diabetes Care 2005; 28 (10): 2480-2485