



La idea de una obesidad potencialmente sana es un mito, y la mayoría de personas con esta enfermedad acaban teniendo una mala salud y enfermedades crónicas a lo largo del tiempo, afirma un nuevo estudio británico.

La "paradoja de la obesidad" es una teoría que plantea que la obesidad podría mejorar las probabilidades de algunas personas de sobrevivir a algunas enfermedades, como la insuficiencia cardíaca, señaló el líder de la investigación Joshua Bell, estudiante doctoral del departamento de epidemiología y salud pública del Colegio Universitario de Londres.

Pero una investigación que siguió la salud de más de dos mil 500 hombres y mujeres británicos durante dos décadas halló que la mitad de las personas consideradas inicialmente como "obesos sanos" terminaron contrayendo una mala salud con el paso de los años.

"La obesidad sana es como una fase, en lugar de algo que se mantiene con el tiempo", dijo Bell. "Es importante tener una perspectiva a largo plazo sobre la obesidad sana, y tener en cuenta las tendencias a largo plazo. Siempre que la enfermedad persista, la salud tiende a empeorar. Parece ser un estado de alto riesgo", dijo.

La paradoja de la obesidad surge de la investigación con personas que tienen sobrepeso pero que no sufren de problemas relacionados con la obesidad, como la hipertensión, el colesterol malo ni azúcar elevado en sangre, comentó el doctor Andrew Freeman, director de cardiología clínica de National Jewish Health, en Denver.

Algunos estudios han encontrado que las personas en esa categoría parecen ser menos propensas a morir de enfermedades cardíacas y enfermedad renal crónica que las personas con un índice de masa corporal más bajo, dijo Freeman, aunque la ciencia también ha probado que la obesidad aumenta el riesgo general de enfermedades cardíacas, diabetes y algunas formas de cáncer.

Aun no se descubre cómo funciona la paradoja de la obesidad, pero algunos han especulado que las personas con un peso adicional quizá tengan unas existencias extras de energía que pueden utilizar si se enferman de forma aguda, relató Freeman.

Para probar esa teoría, los investigadores del Colegio Universitario de Londres siguieron la salud de dos mil 521 hombres y mujeres de 39 a 62 años de edad. Midieron el índice de masa corporal (un cálculo basado en el peso y la estatura), el colesterol, la presión arterial, el azúcar en sangre en ayunas y la resistencia a la insulina de cada participante, y les calificaron como una persona obesa o no obesa y sana o no sana.

Alrededor de una tercera parte de las personas obesas no tenían factores de riesgo de enfermedad crónica al inicio del estudio, y se calificaron como obesos sanos.

Pero con el tiempo, ese grupo comenzó a contraer factores de riesgo de enfermedad crónica. Tras diez años, alrededor del 40 por ciento se habían convertido en obesos no sanos, y a los 20 años el 51 por ciento habían caído en la categoría de no sanos, halló el estudio.

Las personas no obesas no sanas también contrajeron una mala salud con el tiempo, pero a un ritmo más lento. Tras dos décadas, el 22 por ciento se habían convertido en no sanos pero seguían delgados, y alrededor del 10 por ciento se habían convertido en obesos sanos o no sanos.

Solo el 11 por ciento de las personas que comenzaron como obesos sanos perdieron peso y se convirtieron en no obesos sanos, hallaron los investigadores.

Este estudio sugiere que las personas obesas al final contraen factores de riesgo como azúcar alto en sangre y colesterol malo que conducen a enfermedades crónicas y a la muerte, advirtieron Bell y Freeman.

"Mientras más tiempo es obesa una persona, más probable es que se produzcan daños", planteó Freeman. "Muy raras veces he visto personas que son obesas a largo plazo que no sufren de una afección que amerite tratamiento".

Bell dijo que los hallazgos plantean que las personas que son obesas deben tratar de perder peso, aunque no presenten ningún factor de riesgo en el presente. Todos los tipos de obesidad ameritan tratamiento, incluso los que parecen ser saludables, porque conllevan un riesgo alto de declive en el futuro.

**Fuente: HealthDay**