La obesidad altera los corazones de los jóvenes

Publicado el: 27-08-2018

Ya en la juventud, los IMC elevados aumentan la presión arterial y alteran la estructura del corazón, sentando las bases para una futura enfermedad coronaria

Infinidad de estudios han demostrado que el sobrepeso y la obesidad se asocian a un mayor riesgo de desarrollo de enfermedades muy graves y potencialmente letales, caso de la diabetes, del cáncer y, sobre todo, de las patologías cardiovasculares, primera causa de mortalidad global con hasta 17,7 millones de decesos solo en 2015. Y es que es bien sabido que el exceso de peso se asocia a un endurecimiento y estrechamiento de los vasos sanguíneos. O lo que es lo mismo, a la aparición de la aterosclerosis. Sin embargo, es posible que esta aterosclerosis sea un efecto 'tardío' de la obesidad. De hecho, y según muestra un estudio dirigido por investigadores de la Facuultad de Medicina de a Universidad de Bristol (Reino Unido), los corazones de los adultos jóvenes con un índice de masa corporal (IMC) elevado sufren unos cambios estructurales tan nocivos como irreversibles mucho antes de que sus vasos sanguíneos se vean irremisiblemente dañados.

Como explica Kaitlin H. Wade, directora de esta investigación publicada en la revista « Circua», «de manera tradicional se ha considerado que el engrosamiento de las paredes de los vasos sanguíneos constituye el primer signo de la aterosclerosis, enfermedad causada por la deposición de placas de lípidos en las arterias y asociada a las enfermedades del corazón. Sin embargo, nuestros resultados sugieren que la obesidad provoca cambios en la estructura del corazón de los jóvenes que pueden preceder a estos cambios en los vasos sanguíneos».

Ya en la adolescencia

La aterosclerosis es una enfermedad causada por la deposición e infiltración de lípidos en las paredes de los vasos sanguíneos. El resultado es un 'endurecimiento' de las paredes de los vasos y la formación de unas placas las consabidas "placas de ateroma" que, además de dificultar un flujo adecuado de la sangre, pueden romperse y provocar un trombo y, por ende, un infarto agudo de miocardio o un ictus. De ahí la importancia de evitar el exceso de grasas o lo que es lo mismo, de lípidos, caso sobre todo del colesterol en la dieta. Ya desde la infancia, si bien los síntomas de la aterosclerosis no suelen manifestarse hasta la mediana edad. Entonces, ¿cuándo puede considerarse que el sistema cardiovacular se encuentra dañado? Y en este contexto, ¿el IMC tiene algo que ver?

Para responder a esta pregunta, los autores han desarrollado el primer estudio para evaluar si los IMC elevados provocan un impacto negativo sobre el sistema cardiovascular ya en la adolescencia y los primeros años de la etapa adulta. Y para ello, analizaron los datos registrados de millares de jóvenes británicos de 17 y 21 años y completamente o "aparentemente" sanos.

La obesidad provoca cambios en la estructura del corazón de los jóvenes que preceden a la aterosclerosis.

Como refieren los autores, «los estudios observacionales pueden sugerir la existencia de una asociación entre los factores de riesgo y las enfermedades cardiovasculares, pero no pueden probar que exista una relacion de tipo "causa y efecto". En nuestro trabajo hemos "triangulado"los

hallazgos alcanzados en tres tipos diferentes de análisis genéticos para descubrir cómo el IMC causa diferencias específicas en los parámetros cardiovasculares».

Los resultados mostraron que los IMC elevados provocan un incremento de las cifras de presión arterial, tanto de la distólica PAS, que indica la presión sanguínea durante la contracción del corazón, como de la sistólica PAD, en la que se registra la presión cuando el corazón se encuentra en reposo.

Es más; los IMC elevados, o lo que es lo mismo, el sobrepeso y la obesidad, provocan un aumento o "hipertrofia" del ventriculo izquierdo, la principal cámara de bombeo del corazón.

Bases asentadas

En definitiva, tener un IMC elevado en la juventud aumenta la presión arterial y provoca daños en la estructura del corazón, sentando así las "bases" para la aparción de una enfermedad cardiovascular en etapas más avanzadas de la vida.

Como concluye Kaitlin Wade, «nuestros resultados apoyan las intervenciones para reducir el IMC hasta niveles normales y saludables ya en la juventud para, así, prevenirla futura aparición de enfermedades coronarias».

Fuente: https://netsaluti.com