

## La obesidad y el sobrepeso multiplican la posibilidad de sufrir cáncer o una enfermedad cardiovascular

- *Las mujeres obesas tienen 12 veces más posibilidades que las que tienen un peso normal de sufrir un cáncer. Los hombres obesos doblan la probabilidad de desarrollar ésta enfermedad. Los datos tienen en cuenta solo el peso y no la interacción de otras patologías como la hipertensión o la diabetes*
- *Los datos son el resultado del estudio más grande realizado hasta ahora en este campo en el Estado, con un seguimiento durante 10 años de más de 54.000 personas de 7 comunidades autónomas*
- *Solo el 26% de los participantes en el estudio tenían un peso normal. El resto presentaban obesidad o sobrepeso*

**Barcelona, 16 de enero de 2018.** – Tener sobrepeso o sufrir obesidad **incrementa de forma exponencial** el riesgo de sufrir una enfermedad cardiovascular o cáncer. Es la conclusión del estudio [FRESCO](#) (Función de Riesgo Española de acontecimientos Coronarios y Otros), liderado por investigadores del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM) y médicos del Hospital del Mar, que ha analizado el seguimiento durante 10 años de **54.446 personas** de 7 comunidades autónomas. El trabajo ha contado con la participación de diferentes grupos de investigación de Barcelona, Girona, Reus, Palma de Mallorca, Zaragoza, Murcia, Pamplona, Sevilla y Talavera de la Reina.

Los resultados del estudio son claros. La epidemia de la obesidad golpea más a las mujeres. Así, las mujeres obesas tienen **5 veces más riesgo** de sufrir una enfermedad cardiovascular y **12 veces** más posibilidades de desarrollar un cáncer que las que tienen un peso normal. Si tienen sobrepeso, aunque no lleguen a la obesidad, se mantiene un incremento del riesgo del doble de posibilidades en el caso de las patologías cardiovasculares, y cuatro veces más en las oncológicas.

La influencia del peso en la salud masculina se mantiene en una escala inferior. Así, la obesidad **multiplica por dos** las posibilidades de desarrollar algún tipo de cáncer, pero no influye de forma significativa en el caso de las enfermedades cardiovasculares. Como ha explicado la Dra. Maria Grau, una de las autoras de la publicación e investigadora del Grupo de investigación en Epidemiología y Genética Cardiovascular del IMIM, ha quedado patente que **"cualquier incremento del índice de masa corporal por encima de los niveles recomendados supone un incremento proporcional del riesgo de acontecimientos adversos para la salud"**.

### **Solo un 26% de la población con un peso normal**

De las más de 54.000 personas que han participado en el estudio, hombres y mujeres de 35 a 79 años, más de 25.000 tenían sobrepeso y 15.000, obesidad. Por lo tanto, solo el 26% tenían un peso considerado normal (por debajo de 25 puntos del índice de masa corporal (IMC)). Es la primera vez en el Estado que se analiza a un grupo de esta importancia, descartando los posibles efectos de otras patologías vinculadas al peso, como ahora la hipertensión, diabetes o hipercolesterolemia.

Los investigadores consideran que los resultados del estudio son muy preocupantes. El Dr. Jaume Marrugat, investigador principal de este estudio y director de Programa de Epidemiología y Salud Pública del IMIM, destaca que hay que **"buscar estrategias para el desarrollo de**



Institut Hospital del Mar  
d'Investigacions Mèdiques *Nota de premsa*

**actividades de promoción de una dieta saludable, la realización de actividad física, el cribado de enfermedades y establecer políticas de prevención que afecten al conjunto de la población, para ayudar a disminuir la prevalencia de la obesidad".** En este sentido, ha dejado claro que **"las mejoras en los factores de riesgo cardiovascular logradas en los últimos 20 años, quedan dramáticamente neutralizadas por la epidemia de la obesidad".**

### **Una nueva epidemia más allá de un problema estético**

El Dr. Albert Goday, endocrinólogo del Hospital del Mar y autor del estudio, recuerda que **"nadie está obeso porque quiere". "La obesidad es una condición médica potencialmente grave que condiciona, en personas aparentemente sanos, un incremento del riesgo de muerte por diversas causas",** remarca. Esta situación **"va más allá de un problema estético y obliga a adoptar medidas preventivas y de tratamiento que no siempre son fáciles de seguir".** A pesar de ello, apunta que si el paciente obeso **"es capaz de bajar su grado de obesidad, el riesgo de muerte disminuye".** Para conseguirlo, la mejora de los estilos de vida es la base del tratamiento, modificando hábitos dietéticos e incrementando la actividad física. Pequeñas reducciones de peso producen grandes beneficios para la salud. En este sentido, en el caso de un país con una esperanza de vida media de 80 años, las personas con algún tipo de sobrepeso que a los 40 años pierdan 5 kg de peso y no lo recuperen, reducirán un 20% el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. Entre las mujeres, esta reducción también hará bajar otro 20% el riesgo de morir por cáncer.

La Organización Mundial de la Salud estima que la obesidad afecta ya a más de 650 millones de personas en el mundo. Su número se ha triplicado desde 1975 y en el año 2016 ya había 41 millones de niños y niñas menores de 5 años con sobrepeso u obesidad. Además, está vinculada a patologías como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, trastornos del aparato locomotor y el cáncer. La obesidad infantil se asocia con una probabilidad más grande de muerte prematura y discapacidad en la edad adulta.

#### Referencia:

Barroso M, Goday A, Ramos R, Marín-Ibañez A, Guembe MJ, Rigo F, Tormo-Díaz MJ, Moreno-Iribas C, Cabré JJ, Segura A, Baena-Díez JM, Gómez de la Cámara A, Lapetra J, Quesada M, Medrano MJ, Berjón J, Frontera G, Gavrila D, Barricarte A, Basora J, García JM, García-Lareo M, Lora-Pablos D, Mayoral E, Grau M\*, Marrugat J\*, FRESCO Investigators. ***Interaction between cardiovascular risk factors and body mass index and 10-year incidence of cardiovascular disease, cancer death, and overall mortality.*** Prev Med 2017

Los investigadores de este estudio son miembros también del CIBER de Enfermedades Cardiovasculares (CIBERCV), del CIBER de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CIBEROBN) y del CIBER de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP).

### **Más información**



Institut Hospital del Mar  
d'Investigacions Mèdiques *Nota de premsa*

Servicio de Comunicación IMIM/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 [mcalsina@imim.es](mailto:mcalsina@imim.es), Rosa Manaut 618 50 98 85 [rmanaut@imim.es](mailto:rmanaut@imim.es), Maribel Pérez 619885326 [mperezp@parcdesalutmar.cat](mailto:mperezp@parcdesalutmar.cat)