



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

L'obesitat i el sobrepès multipliquen la possibilitat de patir càncer o una malaltia cardiovascular

- **Les dones obeses tenen 12 vegades més possibilitats que les que tenen un pes normal de patir un càncer. Els homes obesos doblen la probabilitat de desenvolupar aquesta malaltia. Les dades tenen en compte només el pes i no la interacció d'altres patologies com la hipertensió o la diabetis**
- **Les dades són el resultat de l'estudi més gran realitzat fins ara en aquest camp a l'Estat, amb un seguiment durant 10 anys de més de 54.000 persones de 7 comunitats autònomes**
- **Només el 26% dels participants a l'estudi tenien un pes normal. La resta presentaven obesitat o sobrepès**

Barcelona, 16 de gener de 2018. – Tenir sobrepès o patir obesitat **incrementa de forma exponencial** el risc de patir una malaltia cardiovascular o càncer. És la conclusió de l'estudi [FRESCO](#) (Funció de Risc Espanyola d'esdeveniments Coronaris i Altres), liderat per investigadors de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM) i metges de l'Hospital del Mar, que ha analitzat el seguiment durant 10 anys de **54.446 persones** de 7 comunitats autònomes. El treball ha comptat amb la participació de diferents grups de recerca de Barcelona, Girona, Reus, Palma de Mallorca, Saragossa, Múrcia, Pamplona, Sevilla i Talavera de la Reina.

Els resultats de l'estudi són clars. L'epidèmia de l'obesitat colpeja més les dones. Així, les dones obeses tenen **5 vegades més risc** de patir una malaltia cardiovascular i **12 vegades** més possibilitats de desenvolupar un càncer que les que tenen un pes normal. Si tenen sobrepès, encara que no arribin a l'obesitat, es manté un increment del risc del doble de possibilitats en el cas de les patologies cardiovasculars, i quatre vegades més en les oncològiques.

La influència del pes a la salut masculina es manté a una escala inferior. Així, l'obesitat **multiplica per dos** les possibilitats de desenvolupar algun tipus de càncer, però no influeix de forma significativa en el cas de les malalties cardiovasculars. Com ha explicat la Dra. Maria Grau, una de les autores de la publicació i investigadora del Grup de recerca en Epidemiologia i Genètica Cardiovascular de l'IMIM, ha quedat patent que **"qualsevol increment de l'índex de massa corporal per sobre dels nivells recomanats suposa un increment proporcional del risc d'esdeveniments adversos per a la salut"**.

Només un 26% de la població amb un pes normal

De les més de 54.000 persones que han participat en l'estudi, homes i dones de 35 a 79 anys, més de 25.000 tenien sobrepès i 15.000, obesitat. Per tant, només el 26% tenien un pes considerat normal (per sota de 25 punts de l'índex de massa corporal (IMC)). És la primera vegada a l'Estat que s'analitza un grup d'aquesta importància, descartant els possibles efectes d'altres patologies vinculades al pes, com ara la hipertensió, diabetis o hipercolesterolèmia.

Els investigadors consideren que els resultats de l'estudi són molt preocupants. El Dr. Jaume Marrugat, investigador principal d'aquest estudi i director de Programa d'Epidemiologia i Salut Pública de l'IMIM, destaca que cal **"buscar estratègies per al desenvolupament d'activitats de promoció d'una dieta saludable, la realització d'activitat física, el**



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

cribratge de malalties i establir polítiques de prevenció que afectin el conjunt de la població, per ajudar a disminuir la prevalença de l'obesitat". En aquest sentit, ha deixat clar que ***"les millores en els factors de risc cardiovascular assolides en els darrers 20 anys, queden dramàticament neutralitzades per l'epidèmia de l'obesitat"***.

Una nova epidèmia més enllà d'un problema estètic

El Dr. Albert Goday, endocrinòleg de l'Hospital del Mar i autor de l'estudi, recorda que ***"ningú està obès perquè vol"***. ***"L'obesitat és una condició mèdica potencialment greu que condiciona, en persones aparentment sanes, un increment del risc de mort per diverses causes"***, remarca. Aquesta situació ***"va més enllà d'un problema estètic i obliga a adoptar mesures preventives i de tractament que no sempre són fàcils de seguir"***. Malgrat això, apunta que si el pacient obès ***"és capaç de baixar el seu grau d'obesitat, el risc de mort disminueix"***. Per aconseguir-ho, la millora dels estils de vida és la base del tractament, modificant hàbits dietètics i incrementant l'activitat física. Petites reduccions de pes produeixen grans beneficis per la salut. Petites reduccions de pes produeixen grans beneficis per la salut. En aquest sentit, en el cas d'un país amb una esperança de vida mitjana de 80 anys, les persones amb algun tipus de sobrepès que als 40 anys perdin 5 kg de pes i no el recuperin, reduiran un 20% el risc de patir malalties cardiovasculars. Entre les dones, aquesta reducció també farà baixar un altre 20% el risc de morir per càncer.

L'Organització Mundial de la Salut estima que l'obesitat afecta ja a més de 650 milions de persones al món. El seu nombre s'ha triplicat des del 1975 i l'any 2016 ja hi havia 41 milions d'infants menors de 5 anys amb sobrepès o obesitat. A més, està vinculada a patologies com les malalties cardiovasculars, la diabetis, trastorns de l'aparell locomotor i el càncer. L'obesitat infantil s'associa amb una probabilitat més gran de mort prematura i discapacitat a l'edat adulta.

Referència:

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

Els investigadors d'aquest estudi són membres també del CIBER de Malalties Cardiovasculars (CIBERCV), del CIBER de Fisiopatologia de la Obesitat i Nutrició (CIBEROBN) i del CIBER d'Epidemiologia i Salut Pública (CIBERESP).

Més informació

Servei de Comunicació IMIM/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 mcalsina@imim.es, Rosa Manaut 618 50 98 85 rmanaut@imim.es, Maribel Pérez 619885326 mperezp@parcdesalutmar.cat