

ARTÍCULO COMENTADO MES DE ABRIL 2026

ÁREA DE OBESIDAD

Artículo comentado: *Abdominal Obesity Indices as Predictors of Psychiatric Morbidity in a Large-Scale Taiwanese Cohort.*

Autores del trabajo: Jia-In Lee, Jiun-Hung Geng, Yi-Ching Lo, Szu-Chia Chen, Yi-Ya Fang and Cheng-Sheng Chen

Citación (Revista): Lee JI, Geng JH, Lo YC, Chen SC, Fang YY, Chen CS. *Abdominal Obesity Indices as Predictors of Psychiatric Morbidity in a Large-Scale Taiwanese Cohort. Nutrients.* 2025 Dec 19;18(1):13. doi: 10.3390/nu18010013. PMID: 41515131; PMCID: PMC12787333.

Autor del comentario: Belén Pérez Pevida

OBJETIVOS DEL ESTUDIO: Investigar las asociaciones entre 10 índices relacionados con la obesidad y la morbilidad psiquiátrica en una gran cohorte de 121.601 participantes taiwaneses.

POBLACIÓN DE ESTUDIO: Estudio transversal con 121.601 adultos taiwaneses de 30–70 años procedentes del Taiwan Biobank (2012–2023). Se analizaron datos antropométricos, metabólicos y cuestionarios de salud mental.

RESULTADOS: La morbilidad psiquiátrica se observó en aproximadamente el 5% de la cohorte. La mayoría de los índices de obesidad abdominal (circunferencia de la cintura, índice cintura-altura, índice cintura-cadera, índice de volumen abdominal, índice de redondez corporal, producto de acumulación de lípidos, índice de adiposidad visceral, índice de conicidad e índice de glucosa y triglicéridos) se asociaron significativamente con mayor riesgo de síntomas de depresión o ansiedad. En hombres, todos los índices excepto el IMC mostraron asociación significativa. Los índices relacionados con la adiposidad central, especialmente el índice de conicidad, índice cintura-altura e índice cintura-cadera, mostraron las asociaciones más fuertes. Estos resultados sugieren que la obesidad abdominal puede ser un mejor predictor de riesgo psiquiátrico que el IMC tradicional.

LIMITACIONES: El diseño transversal no permite establecer causalidad. Además, la morbilidad psiquiátrica se evaluó mediante cuestionarios breves y autoinforme, lo que puede generar sesgos de clasificación.

CONCLUSIONES PRINCIPALES Y OPINIÓN PERSONAL: Los índices de depósito graso abdominal se asocian significativamente con mayor morbilidad psiquiátrica en población general. Esto sugiere que la distribución de grasa corporal podría tener mayor relevancia que el IMC para identificar riesgo psicológico. En mi opinión, el estudio destaca la importancia de considerar la salud mental en pacientes con obesidad de predominio central.

APLICABILIDAD CLÍNICA Y PERSPECTIVAS DE INVESTIGACIÓN DERIVADAS DEL ESTUDIO: Los índices de obesidad abdominal son medidas simples y fácilmente disponibles en la práctica clínica, por lo que podrían ayudar a identificar individuos con mayor riesgo de trastornos mentales. Futuras investigaciones deberían explorar mecanismos biológicos y evaluar su utilidad en estrategias de prevención.

RESUMEN PARA LA POBLACIÓN GENERAL/PACIENTES: Las personas con mayor acumulación de grasa abdominal pueden tener más riesgo de presentar síntomas de ansiedad o depresión. Medidas simples como la relación cintura-cadera o cintura-altura podrían ayudar a detectar este riesgo. Mantener un peso saludable y cuidar la salud mental son aspectos clave para el bienestar general (Figura resumen anexa).

Fecha: Marzo 2026

Más Allá del IMC: La Grasa Abdominal como Predictor de Salud Mental

EL IMC vs. ÍNDICES DE OBESIDAD ABDOMINAL

El IMC no es un predictor fiable para hombres



En los hombres, el IMC no mostró una asociación significativa con el riesgo psiquiátrico.

Las asociaciones más fuertes con riesgo psiquiátrico

10.60
Riesgo en Hombres (OR)

El Índice de Conicidad es el predictor más fuerte

Los hombres con un índice de conicidad alto tienen **23 veces** más riesgo.

2.42
Riesgo en Mujeres (OR)

La grasa abdominal supera al peso total

Los índices que miden grasa visceral son mejores predictores que el tamaño corporal general.

Índices clave de riesgo

Relación Cintura-Cadera (WHR)



Las asociaciones más fuertes con riesgo psiquiátrico



Mayor impacto en hombres que en mujeres

Aunque ambos sexos se ven afectados, los hombres muestran asociaciones de riesgo más elevadas.

Inflamación crónica

Desregulación del eje HPA

Mecanismos Biológicos

La inflamación crónica y la desregulación del eje HPA vinculan la grasa con el ánimo.