

Nueva propuesta de artículo comentado del mes GOSEEN

Artículo comentado:

Defining Overweight and Obesity by Percent Body Fat Instead of Body Mass Index

Autores del trabajo:

Adam W. Potter, Geoffrey C. Chin, David P. Looney, Karl E. Friedl

Citación (Revista):

The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, 2024

DOI: <https://doi.org/10.1210/clinem/dgae341>

Autor del comentario:

Antelm Pujol Calafat

Objetivos del estudio

Determinar umbrales de porcentaje de grasa corporal (%BF) asociados con el síndrome metabólico (MetSyn) y compararlos con los umbrales convencionales de sobrepeso y obesidad basados en el índice de masa corporal (IMC).

Población de estudio

Análisis de datos de 16.918 adultos (8.734 hombres y 8.184 mujeres) obtenidos del *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES).

Resultados

El estudio encontró que el IMC sobreestima o subestima la adiposidad real. No hubo casos de MetSyn en hombres con menos del 18%BF y en mujeres con menos del 30%BF. Los umbrales de “sobrepeso” y “obesidad” definidos por %BF fueron 25% y 30% para hombres, y 36% y 42% para mujeres, respectivamente. Los valores de IMC convencionales (≥ 25 kg/m² para sobrepeso y ≥ 30 kg/m² para obesidad) no reflejan con precisión la composición corporal ni el riesgo metabólico individual.

Limitaciones

El estudio es observacional y basado en datos poblacionales de EE.UU., por lo que la extrapolación a otras poblaciones debe hacerse con cautela. Además, el método de referencia para el %BF fue la absorciometría de rayos X de energía dual (DXA), cuya disponibilidad clínica es limitada.

Conclusiones principales y opinión personal

Los resultados respaldan la necesidad de cambiar el criterio diagnóstico de obesidad hacia medidas más directas de adiposidad en lugar del IMC. Esto podría mejorar la detección de personas con riesgo metabólico

elevado. En la práctica clínica, el uso de métodos como la impedancia bioeléctrica multifrecuencia podría ser una herramienta complementaria útil.

Aplicabilidad clínica y perspectivas de investigación derivadas del estudio

El cambio de IMC a %BF como criterio de sobrepeso y obesidad podría redefinir estrategias de prevención y manejo de la obesidad. Futuros estudios deberían evaluar la aplicabilidad de estos umbrales en diversas poblaciones y la integración de nuevas tecnologías de medición de %BF en la práctica clínica.

Resumen para la población general

El IMC no siempre refleja la cantidad real de grasa corporal, lo que puede llevar a diagnósticos inexactos de sobrepeso y obesidad. Este estudio propone umbrales de grasa corporal más precisos que podrían mejorar la evaluación del riesgo metabólico y ayudar a una mejor gestión del peso y la salud.

Fecha: Febrero de 2025