

Artículo comentado del mes ObesitySEEN

Artículo comentado: Sarcopenic obesity and risk of cardio-cerebrovascular disease and mortality: a systematic review and meta-analysis.

Autores del trabajo: Yuhong Luo, Lingzhi Shu, Yanqiu Wang, Xinyu Zhao, Mengya Han, Yuhua Liu, Yan Xu, Binru Han

Citación (Revista): Luo, Y., Shu, L., Wang, Y. *et al.* Sarcopenic obesity and risk of cardio-cerebrovascular disease and mortality: a systematic review and meta-analysis. *Int J Obes* **49**, 2406–2414 (2025). <https://doi.org/10.1038/s41366-025-01909-z>

Autor del comentario: Frank Hernández-García.

Objetivos del estudio: Evaluar la asociación entre la obesidad sarcopénica y el riesgo de enfermedad cardio-cerebrovascular (ECV), así como su impacto en la mortalidad, mediante una revisión sistemática y metaanálisis de estudios observacionales.

Población de estudio: Se incluyeron 28 estudios observacionales con un total de 575 942 participantes adultos, procedentes de poblaciones comunitarias y cohortes clínicas, con seguimiento variable entre 3 y más de 10 años.

Resultados: La obesidad sarcopénica se asoció con un incremento significativo del riesgo de enfermedad cardio-cerebrovascular, con una OR combinada de 2,06 (IC 95 %: 1,70–2,48; $p < 0,001$), mostrando heterogeneidad moderada-alta ($I^2 = 71\%$). El riesgo fue especialmente elevado cuando la obesidad sarcopénica se definió mediante criterios combinados de masa muscular, fuerza y adiposidad, alcanzando una OR de 9,22 (IC 95 %: 2,19–38,8). Para enfermedad cardiovascular aislada, la asociación se mantuvo significativa (OR 2,10; IC 95 %: 1,69–2,61), mientras que la relación con ictus fue menos consistente. En cuanto a mortalidad cardio-cerebrovascular, el efecto global no alcanzó significación estadística (OR 1,58; IC 95 %: 0,99–2,53; $p = 0,05$), aunque en estudios con $\geq 5\,000$ participantes y seguimientos ≥ 10 años se observó un aumento significativo del riesgo.

Limitaciones: La elevada heterogeneidad entre estudios, junto con la variabilidad en las definiciones de obesidad sarcopénica y los métodos de evaluación de masa muscular, limita la comparabilidad directa de los resultados y la inferencia causal.

Conclusiones principales y opinión personal: Este meta-análisis demuestra que la obesidad sarcopénica constituye un fenotipo de alto riesgo cardiovascular, superior al de la obesidad aislada. Desde un punto de vista clínico, refuerza la necesidad de ir más allá del IMC y evaluar sistemáticamente la composición corporal y la función muscular en pacientes con obesidad.

Aplicabilidad clínica y perspectivas de investigación derivadas del estudio: La identificación de obesidad sarcopénica podría mejorar la estratificación del riesgo cardio-metabólico y orientar intervenciones combinadas de nutrición, ejercicio de fuerza y tratamiento médico. Futuros estudios deberían evaluar si la reversión de la sarcopenia reduce eventos cardiovasculares y mortalidad.

Resumen para la población general: Las personas con obesidad que además tienen poca masa muscular presentan un riesgo mucho mayor de sufrir enfermedades del corazón y del cerebro. Evaluar no solo el peso, sino también la musculatura, puede ayudar a prevenir complicaciones graves y mejorar la salud a largo plazo.

Fecha: 19/12/2025.