



NOTA IMPORTANTE:

Debido a la confusión causada entre los términos de dietista, nutricionista y endocrinólogo, queremos aclarar que: los portavoces de esta nota de prensa son médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición (endocrinólogos).

En el marco del 64º Congreso de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)

La obesidad multiplica por dos el riesgo de padecer insuficiencia cardiaca

- El consumo de una dieta saludable y la práctica de ejercicio físico reducen en las personas con obesidad las probabilidades de padecer complicaciones cardiacas
- Hasta el 70% de los pacientes con obesidad padece hígado graso, una enfermedad hepática por infiltración grasa del hígado asociada a una disfunción metabólica que puede desembocar en una cirrosis
- Expertos abogan por realizar cribados de diferentes enfermedades en los pacientes que padecen obesidad o sobrepeso

Barcelona, 20 de octubre de 2023.- La obesidad multiplica por dos el riesgo de padecer insuficiencia cardiaca, según ha alertado la **Dra. Nuria Vilarrasa, especialista en Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario de Bellvitge (Barcelona) y miembro del Área de Obesidad de la SEEN**, en la ponencia **‘Personas con obesidad, personas con gran corazón’**, organizada en el marco del 64º Congreso de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), que se celebra en **Centro de Convenciones Internacional de Barcelona (CCIB)** los días 18, 19 y 20 de octubre.

De hecho, algunos estudios estiman que el riesgo de insuficiencia cardiaca aumenta un 5% en el caso de los hombres, y un 7% en el de las mujeres, por cada punto de incremento en el índice de masa corporal. *“Esto se explica porque la presencia de adiposidad visceral se asocia con un incremento de la inflamación, resistencia a la insulina, una hipertrofia del ventrículo izquierdo, disfunción diastólica y sistólica del mismo, así como con una disfunción arterial y del músculo esquelético, todo lo cual puede llevar al desarrollo de la insuficiencia cardiaca”*, ha narrado.

Aunque este problema cardiaco puede originarse en todas las personas con obesidad, aquellas que tienen un mayor riesgo son las mayores de 65 años y/o las que padecen hipertensión arterial, diabetes tipo 2, insuficiencia renal crónica, cardiopatía isquémica y fibrilación auricular. *“Todavía las cifras son poco conocidas porque está infra diagnosticada, pero aproximadamente un 80% de los pacientes con insuficiencia cardíaca viven con sobrepeso/ obesidad”*, ha añadido el miembro del área de Obesidad de la SEEN.

En este sentido, la Dra. Vilarrasa ha lamentado la dificultad que hay para detectar la insuficiencia cardiaca en personas con obesidad. *“Los síntomas principales como la disnea (falta de aire) y los*



problemas para realizar actividad física se suelen atribuir a la propia obesidad, en lugar de a la insuficiencia cardíaca”, ha matizado la experta.

Por ello, Vilarrasa ha subrayado la importancia de que los profesionales sanitarios que atienden a pacientes con obesidad tengan la sospecha clínica de la insuficiencia cardíaca y les exploren para descartar la presencia de edemas o crepitantes en la auscultación. Asimismo, ante la sospecha es aconsejable realizar otras pruebas como, por ejemplo, un electrocardiograma, la determinación de biomarcadores plasmáticos como el proBNP y para su confirmación una ecocardiografía cardíaca u otras técnicas de imagen.

En el caso de que se detecte una insuficiencia cardíaca es necesario que, además del tratamiento médico, los pacientes se adhieran a una dieta saludable y realización de ejercicio físico, ya que se ha observado que una pérdida de peso del 10% mejora este problema cardíaco e, incluso, puede revertirlo.

La obesidad y el hígado graso

Precisamente, la adopción de hábitos saludables y el consumo de una dieta sana ha sido uno de los puntos más destacados del **Dr. Didac Mauricio, vicepresidente segundo de la SEEN**, en la ponencia **‘Nafld in obesity and type 2 diabetes: diagnostic and therapeutic challenges for the endocrinologist’**, quien, además, ha avisado de que la obesidad es también un factor de riesgo del hígado graso, una enfermedad hepática esteatósica asociada a una disfunción metabólica que puede desembocar en una cirrosis e, incluso, incrementar el riesgo de tumores hepáticos.

Y es que, se ha calculado que hasta un 70% de los pacientes con obesidad puede desarrollar hígado graso. *“Una causa frecuente de aparición del hígado graso es la ingesta excesiva de alcohol, pero en ausencia de esta causa, lo que desencadena esta complicación es el sobrepeso/obesidad, y especialmente la diabetes tipo 2. Sabemos perfectamente que estas enfermedades están asociadas a un estilo de vida poco saludable, en términos de poca actividad física y hábitos dietéticos poco saludables. Por ello, estas personas deben volver a unos hábitos de vida saludables, como tratamiento de base, que permita mejorar las condiciones que lo provocan, esto es la obesidad y la diabetes tipo 2”*, ha argumentado el experto.

Dicho esto, el Dr. Mauricio ha recomendado también que los profesionales sanitarios, especialmente los endocrinólogos, incorporen en la práctica clínica el cribado del hígado graso en los pacientes obesos y no sólo en aquellos casos son obesidad grave, como actualmente se está haciendo. *“Debemos promover el cribado en el resto de población con obesidad, que suele atenderse en Atención Primaria. Además, todos los pacientes con diabetes tipo 2 deberían ser cribados, ya que en ellos la prevalencia de hígado graso es muy elevada (70%-80%), y el riesgo de fibrosis es más alto”*, ha apostillado.

Finalmente, el vicepresidente segundo de la SEEN ha asegurado durante el encuentro que la investigación actual que se está produciendo en fármacos que logran reducir el peso de una manera importante, *“traerá pronto nuevas moléculas para su uso en la práctica clínica”*.



Sobre SEEN

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta por Endocrinólogos, Bioquímicos, Biólogos y otros especialistas que trabajan en el campo de la Endocrinología, Diabetes, Nutrición y Metabolismo, para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por 2.321 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

Gabinete de prensa

**BER
BÈS**

BERBÈS - 91 563 23 00

Mar de las Heras/ Vanessa Martín / Ana Serrano

mardelasheras@berbes.com; vanesamartin@berbes.com; anaserrano@berbes.com /