

Νέα δεδομένα για τις επιπτώσεις της παχυσαρκίας στην καρδιά μας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Σύμφωνα με τα αποτελέσματα νέας ανασκόπησης επιστημονικών μελετών, φαίνεται πως υπάρχει σημαντική συσχέτιση μεταξύ του δείκτη μάζας σώματος και της περιφέρειας μέσης, με τον κίνδυνο εμφάνισης καρδιακής ανεπάρκειας.

Άτομα με δείκτη μάζας σώματος υψηλότερο του 30 θεωρούνται παχύσαρκα και η σχέση της παχυσαρκίας με τον κίνδυνο εμφάνισης καρδιακής ανεπάρκειας υποστηρίζεται από πολλές μελέτες. Ωστόσο, τα ευρήματα της παρούσας ανασκόπησης δείχνουν πως ακόμη και τιμές δείκτη μάζας σώματος μεταξύ 25 και 30 -όπου το άτομο θεωρείται υπέρβαρο-, σχετίζονται με υψηλότερο κίνδυνο εμφάνισης της νόσου.

Για τους σκοπούς της μελέτης, που δημοσιεύεται στο διεθνές επιστημονικό περιοδικό *Circulation*, οι ερευνητές ανέλυσαν δεδομένα από 23 μελέτες, στις οποίες συμμετείχαν περίπου 650.000 εθελοντές. Συνολικά, βρέθηκε πως η αύξηση του δείκτη μάζας σώματος κατά 5 μονάδες συνδέεται με 41% υψηλότερο κίνδυνο εμφάνισης καρδιακής ανεπάρκειας, ενώ τα παχύσαρκα άτομα φάνηκαν να έχουν 2 με 3 φορές υψηλότερο κίνδυνο εμφάνισης της νόσου, συγκριτικά με όσους είχαν

φυσιολογικό σωματικό βάρος.

Παράλληλα, τα αποτελέσματα της ανάλυσης 12 μελετών από τις 23, οι οποίες περιλάμβαναν δεδομένα από 360.000 εθελοντές, έδειξαν πως κάθε αύξηση της περιφέρειας μέσης κατά 10 εκατοστά συνδέεται με 29% υψηλότερη πιθανότητα εμφάνισης καρδιακής ανεπάρκειας. Έτσι, ένας άνδρας, για παράδειγμα, με περιφέρεια μέσης 105 εκατοστά, βρέθηκε να έχει διπλάσιο κίνδυνο εμφάνισης της νόσου, συγκριτικά με έναν του οποίου η περιφέρεια μέσης ήταν 83 εκατοστά.

Όπως αναφέρουν οι ερευνητές, πολλές μελέτες έχουν δείξει πως άτομα με κεντρικού τύπου παχυσαρκία παρουσιάζουν αυξημένες τιμές φλεγμονοδών μορίων, τα οποία συνδέονται με την ανάπτυξη καρδιακής ανεπάρκειας. Κλείνοντας, σχολιάζουν πως τα ευρήματα της παρούσας ανασκόπησης είναι ιδιαίτερα σημαντικά για την κλινική πράξη, ιδιαίτερα αν αναλογιστεί κανείς πως τα υψηλά ποσοστά παχυσαρκίας σε συνδυασμό με την αύξηση της αναλογίας των ηλικιωμένων ατόμων παγκοσμίως, μπορεί να οδηγήσουν σε υψηλότερη συχνότητα εμφάνισης καρδιακής ανεπάρκειας στα επόμενα χρόνια.

Από τη Χριστίνα Κατσαρού, επιστημονική συνεργάτη neadiatrofis.gr