

## Un estudio asocia la pérdida de peso con una menor mortalidad CV

MADRID  
DM

Las intervenciones poblacionales pueden ser muy eficaces para prevenir enfermedades cardiovasculares y diabetes, ya que permitirían que las modificaciones de conducta recomendadas fuesen menos radicales. Estos son algunos de los resultados de un trabajo que se publica hoy en *British Medical Journal*, liderado por Manuel Franco, profesor en las universidades de Alcalá de Henares, John Hopkins, e investigador en el Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares. El trabajo ha estudiado la relación entre cambios de peso y la enfermedad coronaria, el ictus y la diabetes. Así, la pérdida de cinco kilos de peso de media en la población podría reducirse en un tercio la mortalidad por enfermedades coronarias y en casi la mitad las defunciones por diabetes y también bajarían, en un porcentaje menor, las muertes por infarto cerebral o ictus.

### ESCENARIO PECILIAR

El trabajo se basa en la observación de la población cubana durante 30 años, un escenario "imposible de replicar en un ensayo clínico", enfatiza Franco. Sin embargo, los investigadores destacan los años entre 1991 y 1995, en los que Cuba

Ante la bonanza económica en Cuba, la población aumentó su peso en nueve kilos de media y esto no repercutió en la tasa de defunción

sufrió una crisis económica motivada por la caída de la Unión Soviética. En aquel tiempo, la muestra bajó de peso al no disponer de medios de transporte y aumentó considerablemente el porcentaje de población con niveles de actividad física moderada.

Más tarde, en 1992 como consecuencia del crecimiento económico que experimentó la isla, la población aumentó su peso una media de nueve kilos. Por otra parte, la prevalencia de diabetes se disparó desde 1997 y comenzó una disminución en la mortalidad por la enfermedad que duró seis años. Fue en 2002 cuando, según certificaron los investigadores, estas tendencias se revirtieron y volvió a aumentar la tasa de mortalidad. Ante esta situación, los autores señalan que las tasas de defunciones por enfermedad coronaria, que había disminuido un 34 por ciento entre 1996 y 2002, no aumentaron sino que se estabilizaron. Este dato revelador "contradice las tendencias más agoreras".



Manuel Franco, investigador y autor principal del estudio.