

## Riesgo Cardiovascular

# Medir el perímetro de la cintura puede prevenir enfermedades cardiovasculares y diabetes

## Jornada de Prevención del Riesgo Cardiovascular en Castilla-La Mancha

La obesidad abdominal es uno de los factores de riesgo cardiovascular más importantes, a pesar de ser también uno de los más desconocidos. Sin embargo, a través de la medición del perímetro de cintura se puede averiguar si hay un mayor riesgo cardiovascular debido al exceso de adiposidad intraabdominal.

Redacción - 01/05/2006

La distribución de la grasa en el organismo tiene un gran impacto en el desarrollo de enfermedades cardiovasculares y en la aparición de diabetes. El mayor riesgo es el exceso de **grasa intraabdominal** (en el interior de la cavidad abdominal), lo que conlleva la aparición de alteraciones cardiometabólicas como aumento de los niveles de colesterol, triglicéridos y trastornos del metabolismo glucídico que pueden conducir a diabetes, ataques al corazón y fallos cardiovasculares.

A través de la **medición del perímetro de cintura** se puede averiguar si hay un mayor **riesgo cardiovascular** debido al exceso de adiposidad intraabdominal. En el caso europeo los niveles de riesgo se sitúan por encima de los 88 centímetros en las mujeres y 102 centímetros en los varones.

Bajo el lema "**De la cintura al corazón**", la Sociedad Castellana de Cardiología, la Sociedad Española de Cardiología y la Fundación Española del Corazón, con el patrocinio de sanofi-aventis, organizaron el pasado 27 de abril una **Jornada de Prevención Cardiovascular** en las Cortes de Castilla-La Mancha sobre la importancia de controlar los factores de riesgo cardiovascular y más concretamente la obesidad abdominal, que en los últimos años se ha cuadruplicado. Durante toda la Jornada los parlamentarios podrán someterse a diferentes pruebas, llevadas a cabo por profesionales sanitarios, para evaluar su riesgo cardiovascular. Esta iniciativa ya se ha llevado a cabo en los Parlamentos Andaluz, Catalán, Vasco, Canario, Gallego y en la Asamblea de Madrid con un gran éxito de asistencia.

## Una práctica poco habitual

Según los resultados de la encuesta "Shape of the Nations", en la que participaron más de 16.000 personas de 27 países de todo el mundo, incluido España, publicados con motivo del Día Mundial del Corazón, el 49 % de los médicos de Atención Primaria europeos reconocen que nunca miden la circunferencia de la cintura. En España, este porcentaje se sitúa en el 42%, lo que indica que esta práctica médica **no es habitual a pesar de su sencillez y sensibilidad**.

Además, el 56% de los médicos europeos (cifra que se incrementa hasta el 91% en España) sobreestimaron la medida de la cintura a partir de la cual se entra en niveles de riesgo cardiovascular, con lo cual se deduce que muchos pacientes con riesgo potencial no son identificados a tiempo.

Por su parte, la población general también muestra un gran desconocimiento sobre el tema. Pese a que el 41 % de los españoles son conscientes del **riesgo asociado a la obesidad intraabdominal**, mucha gente considera que la obesidad general es más negativa que la intraabdominal y se muestran más preocupados por el simple exceso de peso que por la zona donde éste se localiza.

En España, el 72% de los pacientes con riesgo de enfermedad cardiovascular nunca han sido informados por su médico de la estrecha relación entre obesidad abdominal y enfermedad cardiovascular.