

El aumento de peso en la edad adulta se relaciona con un mayor declive de la función pulmonar

Por primera vez, un estudio analiza durante veinte años los cambios de peso de personas adultas y sus efectos sobre la función pulmonar

Barcelona, 26 de febrero, 2020.- Con el paso de los años, la función pulmonar de las personas disminuye de forma natural. Sin embargo, este declive es **más pronunciado en aquellos casos en los que se da un aumento de peso**, tanto si es moderado como excesivo. Así lo confirma un estudio liderado por el Instituto de Salud Global de Barcelona ([ISGlobal](#)), centro impulsado por "la Caixa", que ha analizado el efecto que tienen las variaciones de peso de las personas para su salud respiratoria a lo largo de **un período de veinte años**.

Publicada en la revista *Thorax*, la investigación se basa en los datos de cerca de **3.700 participantes**. Estas personas fueron reclutadas cuando tenían entre 20 y 44 años y, durante el período 1991-2014, se les midió en repetidas ocasiones su peso, así como su función pulmonar mediante pruebas de espirometría. "Si bien existen investigaciones previas que vinculan el aumento de peso con el empeoramiento de la función pulmonar, este es el primer estudio que analiza un período de tiempo tan largo y una muestra de población tan variada", afirma **Judith Garcia Aymerich**, líder del estudio y jefa del [programa de Enfermedades No Transmisibles y Medio Ambiente de ISGlobal](#). Los estudios anteriores comprenden períodos de seguimiento relativamente cortos –de diez años como máximo– y la mayoría se centra en personas adultas de hasta cincuenta años de edad.

De acuerdo con los resultados, tanto las personas con un índice de masa corporal dentro de los niveles recomendados como aquellas con sobrepeso u obesidad sufren una aceleración del declive de la función pulmonar al ganar peso. De manera inversa, este declive se atenúa en las personas obesas que van perdiendo peso con los años. Por otro lado, aquellas personas que mantienen un peso bajo durante toda la etapa adulta muestran un declive de la salud respiratoria mucho menos pronunciado.

Existen dos mecanismos que podrían explicar la asociación entre el incremento de peso y la salud pulmonar. En primer lugar, el aumento de peso puede afectar al funcionamiento de los pulmones por razones mecánicas. "Es probable que **la grasa abdominal y torácica reduzca el espacio para la expansión pulmonar** durante la inspiración", comenta **Gabriela Prado Peralta**, primera autora del estudio e investigadora de ISGlobal. En segundo lugar, el aumento de peso puede afectar a la función pulmonar mediante procesos inflamatorios, ya que el tejido adiposo –las zonas en las que se acumula la grasa– produce **sustancias inflamatorias que pueden dañar el tejido pulmonar** y reducir el diámetro de las vías respiratorias.

Mantener una buena función pulmonar durante la vida adulta es crucial para prevenir enfermedades respiratorias crónicas, que hoy en día representan un grave problema de salud pública a nivel global. "Dados los niveles epidémicos de sobrepeso y obesidad que estamos alcanzando, resulta fundamental comprender los efectos que tienen los cambios de peso sobre la función pulmonar, un potente indicador de morbilidad y mortalidad en la población", afirma **Garcia Aymerich**. "La buena noticia", añade la investigadora, "es que **los efectos negativos del sobrepeso y la obesidad en la salud pulmonar pueden revertirse adelgazando**. Por lo tanto, las políticas de salud pública que promueven estilos de vida saludables pueden ser la clave para lograr una sociedad con una buena salud pulmonar".

Este estudio, que forma parte del proyecto [Ageing Lungs in European Cohorts \(ALEC\)](#) coordinado por el Imperial College London, ha sido financiado por el programa de investigación e innovación Horizonte 2020 de la Unión Europea.

Referencia

Gabriela P. Peralta, Alessandro Marcon, Anne-Elie Carsin, Michael J Abramson, Simone Accordini, André FS Amaral, Josep M. Antó, Gayan Bowatte, Peter Burney, Angelo Corsico, Pascal Demoly, Shyamali Dharmage, Bertil Forsberg, Elaine Fuertes, Vanessa Garcia-Larsen, Thorarinn Gíslason, José-Antonio Gullón, Joachim Heinrich, Mathias Holm, Deborah L. Jarvis, Christer Janson, Rain Jogi, Ane Johannessen, Bénédicte Leynaert, Jesús Martínez-Moratalla Rovira, Dennis Nowak, Nicole Probst-Hensch, Chantal Raheison, José-Luis Sánchez-Ramos, Torben Sigsgaard, Valérie Siroux, Giulia Squillacioti, Isabel Urrutia, Joost Weyler, Jan-Paul Zock, Judith Garcia-Aymerich.. Body mass index and weight change are associated with adult lung function trajectories: the prospective ECRHS study. *Thorax*. February 2020.

Sobre ISGlobal

El Instituto de Salud Global de Barcelona (ISGlobal) es el fruto de una innovadora alianza entre "la Caixa" e instituciones académicas y gubernamentales para contribuir al esfuerzo de la comunidad internacional con el objetivo de afrontar los retos de la salud en un mundo globalizado. ISGlobal consolida un nodo de excelencia basado en la investigación y la asistencia médica que tiene su origen en los ámbitos hospitalario (Hospital Clínic y Parc de Salut MAR) y académico (Universidad de Barcelona y Universitat Pompeu Fabra). Su modelo de trabajo apuesta por la traslación del conocimiento generado por la ciencia a través de las áreas de Formación y Análisis y Desarrollo Global. ISGlobal está acreditado como "Centro de Excelencia Severo Ochoa" y es miembro del Programa CERCA de la Generalitat de Catalunya.

Prensa ISGlobal

Carol Pozo

carolina.pozo@isglobal.org

+34 93 214 73 33 / +34 669 877 850

Marta Solano

marta.solano@isglobal.org

+34 93 214 73 33 / +34 661 45 16 00

Área de Comunicación de "la Caixa"

Irene Roch

iroch@fundaciolacaixa.org

+34 93 404 60 27/ 669 457 09

Una iniciativa de:

