



OBESIDAD SARCOPENICA EN MUJERES DE LA TERCERA EDAD EN DOS COMUNIDADES SEMIRURALES DEL ESTADO DE MÉXICO

Anabel Martínez Durán¹, María de los Ángeles Maya Martínez¹, Donovan Casas Patiño¹ y Omar Ernesto Terán Varela¹
1 Centro Universitario UAEM Amecameca. annibl_md@hotmail.com

RESUMEN

Introducción: En el envejecimiento existen cambios corporales como el aumento o disminución de la masa corporal: la masa grasa aumenta, reduce el músculo esquelético y disminuye la densidad mineral ósea. Es ahí cuando los cambios anatómicos, aumento de masa grasa y disminución de músculo esquelético, que originan la Obesidad Sarcopenica. Fisiológicamente el aumento de adipocitos conlleva a resistencia a la insulina, entre otros procesos patológicos. Los factores de riesgo a esta patología son múltiples y los podemos dividir en intrínsecos (disminución de hormonas, aumento de factores tumorales, patologías asociadas. etc.) y extrínsecos (baja ingesta de proteína y sedentarismo). **Objetivo:** Diagnosticar obesidad sarcopenica en mujeres mayores de 60 años de 2 comunidades semirurales del Estado de México. **Metodología:** Estudio transversal, descriptivo, comparativo, con muestras aleatorias. Las variables que se emplearon fueron: IMC, porcentaje de masa grasa, porcentaje de masa muscular (se determinaron con equipo de impedancia bioeléctrica) y prueba de velocidad marcha - rendimiento físico (el ejercicio SPPB). **Resultados:** de la comunidad 1 el 20% presento obesidad sarcopenica y en la comunidad 2 el 22%. Se observó que a mayor edad independientemente del sedentarismo y la baja ingesta de proteína de origen animal-vegetal se presenta disminuida la masa muscular y aumentada la masa grasa en las mujeres sarcopenicas. **Conclusiones:** Según la clasificación de Baumgarther la obesidad sarcopenica se presenta con mayor frecuencia en mujeres mayores de 70 años.