

## Síndrome metabólico, enfoque clínico y terapéutico. Revisión bibliográfica

Anexos:

**Tabla 1.** Valores étnicos específicos para la circunferencia de la cintura

Grupo étnico	Circunferencia de la cintura (como medida de la obesidad central)
<b>Población de Europa</b>	
Hombres	≥ 94 cm
Mujeres	≥ 80 cm
<b>Poblaciones del Sur de Asia</b>	
Hombres	≥ 90 cm
Mujeres	≥ 80 cm
<b>Poblaciones Chinas</b>	
Hombres	≥ 90 cm
Mujeres	≥ 80 cm
<b>Poblaciones Japonesas</b>	
Hombres	≥ 90 cm
Mujeres	≥ 80 cm
<b>Poblaciones de América del Sur y Central</b>	Use las recomendaciones del sur de Asia hasta que haya datos más específicos disponibles
<b>Poblaciones del África subsahariana</b>	Usar datos europeos hasta que haya datos más específicos disponibles
<b>Poblaciones del Mediterráneo oriental y Oriente Medio</b>	Usar datos europeos hasta que haya datos más específicos disponibles

Fuente: George K, Alberti MM, Zimmet P, et al. El síndrome metabólico - una nueva definición mundial. Lanceta 2005; 336:1059. Copyright © 2005 Elsevier. Datos actualizados de: Federación Internacional de Diabetes, 2006. Disponible en: <https://www.idf.org/e-library/consensus-statements/60-idfconsensus-worldwide-definition-of-the-metabolic-syndrome>.

Elaboración: Los autores.

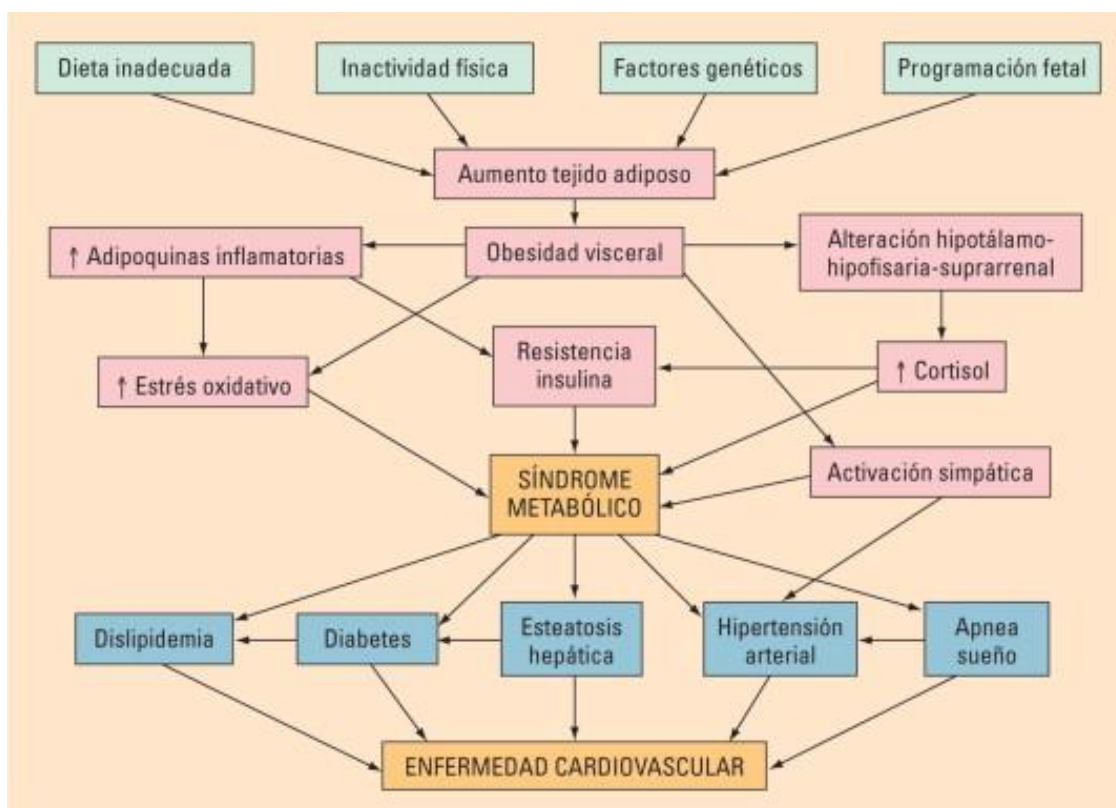
Tabla 2. Objetivos terapéuticos para el manejo del síndrome metabólico

METAS	
<b>Factores de riesgo del estilo de vida</b>	
Obesidad Abdominal	Año 1: Reducir el peso corporal del 7 al 10 por ciento
	Continúe con la pérdida de peso a partir de entonces con el objetivo final de IMC <25 kg/m <sup>2</sup>
La inactividad física	Al menos 30 min (y preferiblemente ≥60 min) de ejercicio continuo o intermitente de intensidad moderada 5 veces por semana, pero preferiblemente diariamente
Dieta aterogénica	Consumo reducido de grasas saturadas, grasas trans, colesterol
<b>Factores de riesgo metabólicos</b>	
Dislipidemia	
Objetivo primario de colesterol LDL elevado	Alto riesgo*: <100 mg/dL (2,6 mmol/L); opcional <70 mg/dL
	Riesgo moderado: <130 mg/dL (3,4 mmol/L)
	Menor riesgo: <160 mg/dL (4,9 mmol/L)
Colesterol no HDL elevado objetivo secundario	Alto riesgo*: <130 mg/dL (3,4 mmol/L); opcional <100 mg/dL (2,6 mmol/L) riesgo muy alto
	Riesgo moderado: <160 mg/dL (4,1 mmol/L)
	Menor riesgo: <190 mg/dL (4,9 mmol/L)
Objetivo terciario colesterol HDL reducido	Aumentar en la medida de lo posible con reducción de peso y ejercicio.
Presión sanguínea elevada	Reducir a al menos <140/90 (<130/80 si es diabético)
Glucosa elevada	Para IFG, fomente la reducción de peso y el ejercicio.
	Para DM tipo 2, meta A1C <7 por ciento
Estado protrombótico	Aspirina en dosis bajas para pacientes de alto riesgo
Estado proinflamatorio	Terapias de estilo de vida; sin intervenciones específicas

Fuente: Grundy S, Cleeman J, Daniels S, et al. Diagnóstico y manejo del síndrome metabólico. Una declaración científica de la Asociación Estadounidense del Corazón/Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre. Circulación 2005; 112:2735.

Elaboración: Los autores

Figura 1. Fisiopatología del síndrome metabólico



Fuente: F. Civeira Murillo, M.R. Pérez-Ruiz y L. Baila-Rueda. Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado, 2013-10-01, Volumen 11, Número 40, Páginas 2402-2409, Copyright © 2013 Elsevier España, S.L.