

## Observaciones al artículo: “Actividad física y su asociación con el estado emocional en adultos mayores con obesidad”

### *Observations to the article: “Physical Activity and its Association with the Emotional State of the Elderly with Obesity”*

*Jesús Flores Campos,\* Mirian Flores Soto,\* Luis Saravia Gutiérrez.\**

#### **Estimado Editor:**

Recientemente hemos leído con interés el artículo de Uriel Mejía y cols.<sup>1</sup> sobre actividad física y su asociación con el estado emocional en adultos mayores con obesidad; deseo, en primer lugar, hacerle llegar mis felicitaciones a los autores por el estudio realizado para determinar los factores asociados a los adultos mayores, al respecto expongo algunos puntos complementarios que influyen en el desarrollo de sobrepeso y obesidad.

El sobrepeso y obesidad constituyen un problema que afecta a la mayor parte de la población en el mundo y los adultos mayores son los que presentan las más altas tasas en ambos padecimientos.<sup>2</sup> Según la Organización Mundial de la Salud, hay cerca de dos mil millones de adultos con sobrepeso, de los cuales, 650 millones presentan obesidad; de mantenerse esta tendencia para el 2025, 2700 millones de adultos presentarán sobrepeso y, de éstos, cerca de mil millones, obesidad, unos 177 millones de adultos se verán gravemente afectados por la presencia de comorbilidades asociadas a incrementos en el índice de masa corporal y la mayoría de ellos se encontrarán en países en vías de desarrollo.<sup>3</sup>

Recibido: 21/05/2021  
Aceptado: 20/07/2021

\*Escuela Profesional de Medicina Humana, Universidad Privada San Juan Bautista Lima, Perú.

Correspondencia:  
Luis Saravia Gutiérrez  
luis.saravia@upsjb.edu.pe

Sugerencia de citación: Flores-Campos J, Flores Soto M, Saravia-Gutiérrez L. Observaciones al artículo: Actividad física y su asociación con el estado emocional en adultos mayores con obesidad. *Aten Fam.* 2022;29(1):56-57. <http://dx.doi.org/10.22201/fm.14058871p.2022.1.81195>

Existe una asociación entre la obesidad y la vida sedentaria en el adulto mayor, esta enfermedad es condicionante para el desarrollo de enfermedad cardiovascular, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión, dislipidemia y ciertos tipos de cáncer,<sup>4</sup> lo cual se ha convertido en factor de riesgo importante para la hospitalización, gravedad y muerte por COVID-19.<sup>5</sup>

Se ha señalado que la falta de actividad física es un factor común en los pacientes obesos y que, en cambio, realizar dicha actividad puede propiciar cambios metabólicos y bioquímicos importantes, los cuales están asociados a un decremento en el peso, la masa grasa, el índice de masa corporal, así como a cambios positivos en la presión arterial diastólica y cambios benéficos en marcadores inflamatorios y en el sistema inmune, de ahí la importancia de su promoción desde el ámbito médico.<sup>6</sup> Ahí radica también la importancia de que desde la medicina familiar se propicie el desarrollo de actividades físicas y se lleven a cabo estudios centrados en determinar el impacto que tienen diversos aspectos biopsicosociales en la obesidad.

Por otra parte, se ha establecido que los factores genéticos tienen un papel importante en el desarrollo y prevalencia de la obesidad; dentro de los múltiples genes involucrados, se ha podido reconocer el papel que tiene *ADCY3* en el progreso de la misma,<sup>7</sup> por tal motivo se debe contemplar al sobrepeso y obesidad como enfermedades multifactoriales cuyo abordaje integral asegurará mejores resultados, ya que si sólo se aborda desde el ámbito clínico tradicional y se dejan de

lado los aspectos genético-moleculares, estilos de vida, situación económica, nivel educativo o trastornos mentales, entre otros, la incidencia y prevalencia de esta enfermedad seguirán incrementándose y, con ello, la carga asistencial para el primer nivel de atención.

Finalmente, el uso de medicamentos puede tener como efectos adversos el incremento de peso, por lo cual es una variable que debe ser reconocida y debe abordarse cuando se realizan este tipo de estudios, a fin de evitar sesgos en la interpretación de resultados.<sup>8</sup>

## Referencias

1. Mejía-Soria U, Guerrero-Morales AL, Lorenzo-Colorado I, Sosa-Pérez AJ. Actividad física y su asociación con el estado emocional en adultos mayores con obesidad. *Aten Fam.* 2021;28(1):10-15.
2. Penny Montenegro E. Obesidad en la tercera edad. *An Fac med.* 2017;78(2):215-217.
3. About obesity [Internet]. [Citado 2021 Abr 22]. Disponible en: <https://www.issuesonline.co.uk/articles/about-obesity>
4. Ryan AS. Exercise in aging: its important role in mortality, obesity and insulin resistance. *Aging health.* 2010 Oct;6(5):551-563.
5. da Silveira MP, da Silva Fagundes KK, Bizuti MR, Starck É, Rossi RC, de Resende E Silva DT. Physical exercise as a tool to help the immune system against COVID-19: an integrative review of the current literature. *Clin Exp Med.* 2021;21(1):15-28.
6. Ferrer MD, Capó X, Martorell M, Busquets-Cortés C, Bouzas C, Carreres S, Mateos D, Sureda A, Tur JA, Pons A. Regular Practice of Moderate Physical Activity by Older Adults Ameliorates Their Anti-Inflammatory Status. *Nutrients.* 2018;10(11):1780.
7. Grarup N, Moltke I, Andersen MK, Dalby M, Vitting-Seerup K, Kern T, et al. Loss-of-function variants in *ADCY3* increase risk of obesity and type 2 diabetes. *Nat Genet.* 2018;50(2):172-174.
8. Verhaegen AA, Van Gaal LF. Drug-induced obesity and its metabolic consequences: a review with a focus on mechanisms and possible therapeutic options. *J Endocrinol Invest.* 2017;40(11):1165-74.