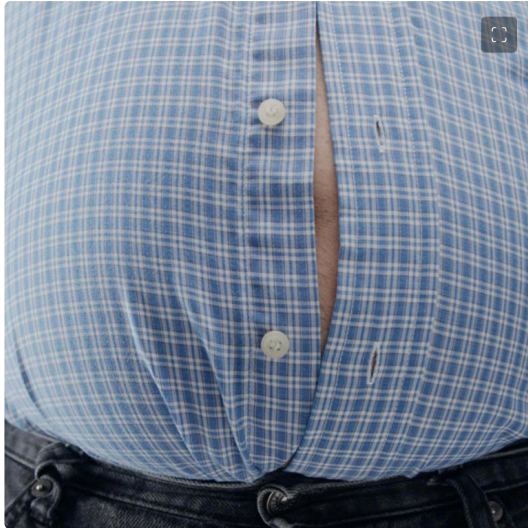


[#debate Debate](#) [+ Seguir](#)

Descubren que exceso de grasa puede afectar la salud del cerebro

Historia de Juan Leyva • Hace 6 h



Descubren que exceso de grasa puede afectar la salud del cerebro
© Proporcionado por Debate

- [Alerta: estos cuatro síntomas podrían ser indicios de cáncer de colon](#)
- [¿Y tú cuánto te carcajeas al día? Estos beneficios tiene la risoterapia](#)
- [¿Arroces de plástico? Estas marcas fueron reprobadas por PROFECO](#)
- [Da clic y recibe mas noticias de salud en tu WhatsApp](#)

Un estudio llevado a cabo por científicos de Singapur ha encontrado que un **exceso de grasa visceral, la grasa que envuelve los órganos internos, se asocia con una disminución en el rendimiento cognitivo** en asiáticos.

Los investigadores analizaron los datos de salud de 8769 singapurenses y residentes permanentes de etnia china, malaya y del sur de Asia, y encontraron que un **índice de masa corporal (IMC)** más alto y una relación cintura-cadera ajustada por el IMC también estaban relacionados con una **caída en el rendimiento cognitivo**.

Los científicos profundizaron en la relación entre la grasa corporal y la cognición, utilizando análisis estadísticos de datos genéticos de bases de datos globales y encontraron que los asiáticos con una cantidad excesiva de grasa visceral tienden a tener una menor capacidad para pensar, aprender y recordar, con un peor desempeño en las pruebas cognitivas de memoria, función ejecutiva, velocidad de procesamiento y atención.

El estudio, publicado en la edición de abril (2023) de la revista médica *The Lancet Regional Health – Western Pacific*, es un llamado de atención a la importancia de la prevención de la obesidad en el mantenimiento de la función cognitiva. Con la **demencia** que se espera afecte a 78 millones de personas en 2030 y 139 millones de personas para 2050, comprender y abordar los determinantes de la función cognitiva es una importante prioridad de salud pública.

Can Age Spots Be Removed At Home? This Is A Breakthrough Remedy

Patrocinado Good To Know This



La mayoría de los estudios anteriores se realizaron en poblaciones occidentales de personas mayores, dejando de lado a los asiáticos, que representan el 60% de la población mundial y cuya **salud y enfermedad están determinadas por una combinación diferente de factores**. El estudio Helios es un estudio de población-cohorte dirigido por la Escuela de Medicina Lee Kong Chian (LKCMedicine) en la Universidad Tecnológica de Nanyang (NTU) y realizado en colaboración con el National Healthcare Group de Singapur y el Imperial College London en el Reino Unido.

Los participantes, con edades entre 30 y 84 años, fueron evaluados a través de una serie de pruebas cognitivas, escaneos de todo el cuerpo y evaluaciones fisiológicas y bioquímicas para derivar una serie de parámetros metabólicos y de [grasa corporal](#).

Los datos revelaron que tres parámetros están consistentemente asociados con un **rendimiento cognitivo más bajo**: lipoproteínas de alta densidad reducidas, aumento del índice de masa grasa visceral y aumento de la relación cintura-cadera. Por el contrario, parámetros como los niveles de triglicéridos, la presión arterial y los índices glucémicos no mostraron asociación con el rendimiento cognitivo.

El autor principal del estudio e investigador principal de Helios, el profesor Dr. John Chambers, dijo que estos hallazgos plantean la posibilidad de que la prevención y el control de la obesidad en las poblaciones asiáticas puedan desempeñar un papel fundamental en el mantenimiento de la función cognitiva y la protección contra el riesgo futuro de demencia. El estudio destaca el impacto que podría tener la prevención de la obesidad en la salud.