

Guías FAC III

Comité de Epidemiología y Prevención de FAC

[Index Guías FAC III]

Abordaje del síndrome metabólico

Alberto Lorenzatti, José Costa Gil

Introducción

El Síndrome Metabólico (SM) es una entidad de carácter complejo caracterizada por un conjunto de factores de origen metabólico que tienden a presentarse juntos, vinculados generalmente a resistencia insulínica y Diabetes tipo 2, y a un exagerado riesgo de enfermedad cardiovascular aterosclerótica.

El Síndrome Metabólico es absolutamente frecuente y común en la edad adulta, en ambos sexos, llegando a presentarse en 1 de cada 4 personas, según datos de diferentes estudios realizados en Argentina (21.4% siguiendo los criterios diagnósticos del ATPIII y 19.8% siguiendo los criterios de OMS)

Sólo un 1/3 de los adultos no tiene ninguno de los componentes mayores del SM y a nivel mundial se pronóstica que ½ billón de personas se hallarán afectadas para el año 2020.

Se estima que el 50% de los pacientes hipertensos tienen insulino-resistencia y/o SM.

Las principales consecuencias del SM son la enfermedad cardiovascular aterosclerótica cuyo riesgo es 2,5 a 4 veces mayor y la Diabetes tipo 2 cuyo riesgo es 4 veces más alto respecto de quienes no tienen SM.

Los componentes que integran ésta entidad clínica, se los puede dividir en: Centrales o mayores y asociados o menores.

COMPONENTES CENTRALES o MAYORES

- Obesidad abdominal
- Insulinoresistencia/hiperinsulinismo
- Tríada lipídica (↑ TG ↑ LDL p&d y ↓ HDL)
- Glucemia Alterada en Ayunas/Tolerancia Glucídica Anormal/Diabetes
- Hipertensión Arterial

COMPONENTES ASOCIADOS o MENORES

- Estados Procoagulatorios (Hiperfibrinogenemia, ↑PAI -1, ↓ tPA)
- Microalbuminuria
- Hiperuricemia
- ↑ andrógenos (fem)
- ↓ andrógenos (masc)
- Esteatosis/fibrosis hepática

DIAGNOSTICO (Se requiere la presencia de al menos 3 de los siguientes criterios)

Criterios Mayores

- Obesidad Abdominal Perímetro de Cintura en Hombres > 102 cm
- Perímetro de Cintura en Mujeres > 88 cm
- Triglicéridos > 150 mg/dL
- HDL-C \leq 40 mg/dl en Hombres \leq 50 Mujeres
- Presión Arterial >130/>85 mmHg (o en Tratamiento Antihipertensivo)
- Glucemia en ayunas \geq 100 mg/dL

Propuesta terapéutica

Cambios de estilo de vida

- Mantener el peso ideal
- Actividad física programada
- Indicación alimentaria
- No fumar
- Limitar bebidas alcohólicas

Para el abordaje integral del síndrome, se propone los siguientes objetivos terapéuticos

Sobrepeso/Obesidad

Objetivos: Disminución de entre un 5 y 10 % durante los primeros 6 meses de tratamiento

Sedentarismo

Actividad Física moderada 30' diarios ó 45' cinco veces por semana

Indicaciones Alimentarias

(según recomendación general de las Guías)

Dislipidemia Aterogénica

Bajar LDL-C cuando esté elevado de acuerdo a la estratificación de riesgo

Bajar TG y aumentar HDL

- **Bajar LDL-C**
 - Primera elección: inhibidores de la HMG-CoA reductasa (estatinas)
 - Segunda elección: niacina o fibratos
 - Combinaciones (considerar ezetimibe)
- **Elevar HDL-C**
 - Estilo de vida (bajar de peso, aumentar actividad física, abandono del cigarrillo)
 - Primera elección: Niacina
 - Segunda elección: Fibratos
 - Control glucémico
- **Bajar TG**
 - Primera prioridad control glucémico y bajar de peso
 - Fibratos ó Niacina
 - Estatinas (sólo moderadamente efectivas a altas dosis en pacientes con \uparrow TG y LDL-C)

Insulinorresistencia/Hiperinsulinemia

Debido a que no existe aún consenso universal sobre la utilización de Metformina o TZD (glitazonas) para tratar la insulinorresistencia del SM, la indicación de dichos fármacos queda a criterio clínico del médico tratante.

Publicación: Octubre 2005

[Tope](#)

Preguntas, aportes y comentarios serán respondidos por el relator o por expertos en el tema a través de la lista de Epidemiología y Prevención. Llene los campos del formulario y oprima el botón "Enviar".

Preguntas, aportes o comentarios:

Nombre y apellido:

País:

Dirección de E-Mail:

Dr. Diego Esandi
Co-Presidente
Comité Científico
[Correo electrónico](#)

Dra. Silvia Nanfara
Co-Presidente
Comité Científico
[Correo electrónico](#)

Prof. Dr. Armando Pacher
Presidente
Comité Técnico/Organizador
[Correo electrónico](#)

Esta empresa colabora para la realización del Congreso:

Sanofi Pasteur



©1994-2005 **CETIFAC** - [Bioingeniería UNER](#)

[Webmaster](#) Actualización: 30-sep-05