

RESUMEN

El Síndrome metabólico (SM) es una agrupación de los diferentes factores de riesgo que, colectivamente, aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares y Diabetes mellitus Tipo 2. El síndrome por sí mismo se asocia con varias anomalías metabólicas, incluida la resistencia a la insulina, la enfermedad hepática grasa no alcohólica, la apnea obstructiva del sueño, el hipogonadismo masculino, y el síndrome de ovario poliquístico. Esta monografía revisa la información puesta a disposición del investigador en los últimos años, y los acontecimientos más recientes relacionados con este síndrome, incluyendo las complicaciones metabólicas asociadas, y los objetivos de las estrategias terapéuticas. Los autores se enfocan en la importancia del tratamiento nutricional, sin soslayar otras opciones terapéuticas. El concepto de SM ha sido, y sigue siendo, útil para aumentar la conciencia sobre la asociación entre la enfermedad cardiovascular y los factores de riesgo para la misma, a los fines de promover la detección temprana del mismo entre las personas con riesgo incrementado de daño cardiovascular. Es importante mencionar que este enfoque sirve para enfatizar el riesgo asociado al aumento de la prevalencia de la obesidad a nivel mundial, y las posibles consecuencias e implicaciones que esta asociación producirá en los próximos años. Los esfuerzos de salud pública y la actuación de los sistemas de salud tienen un papel importante que desempeñar en la promoción del control de peso y la actividad física como la medicina preventiva del SM, la obesidad y la Diabetes tipo 2. Hasta que llegue el día en el que podamos recurrir a fármacos que controlen la resistencia a la insulina: el problema básico que subyace en el SM, nosotros seguiremos recomendando medicamentos que controlen los factores individuales de riesgo, cambios en los estilos de vida, y el tratamiento nutricional. Todas estas acciones serán importantes componentes del control del problema de salud pública que representa el SM.

Descriptor DeCS: Obesidad / Síndrome metabólico / Diabetes mellitus / Resistencia a la insulina / Enfermedad cardiovascular.

SUMMARY

The Metabolic syndrome (MS) is a clustering of different risk factors that, taken collectively, increases the risk of developing cardiovascular disease (CVD) and Type 2 Diabetes mellitus. The syndrome in itself is associated with various metabolic abnormalities, including insulin resistance, non-alcoholic fatty liver disease, obstructive sleep apnea, male hypogonadism, and polycystic ovary syndrome. This article reviews the recent developments regarding the syndrome, including the associated metabolic complications, and goals for therapeutic strategies, focusing on the importance of nutritional management for controlling the manifestations of the syndrome, without putting aside other therapeutic options. The MS concept has been, and continues to be, useful to enhance awareness on the association between CVD and risk factors for it, in order to promote screening of at-risk individuals. The MS concept also serves to highlight the risk of developing CVD that is associated with globally increasing prevalence of obesity and the potential implications in the years to come. Public health efforts and healthcare systems have an important role to play in the promotion of weight control and physical activity as the

preventative medicine for obesity, type 2 diabetes and MS. Until the day arrives when drugs are made available to us to treat resistance to insulin: the metabolic event that lies at the core of this syndrome, we need to continue recommending medications targeting individual risk factors, changes in life styles, and nutritional management. All these actions will be become important components for the control of this public health problem.

Subject headings: Obesity / Metabolic syndrome / Diabetes mellitus / Resistance to insulin / Cardiovascular disease.