

## Tener mayor nivel educativo podría disminuir el riesgo de adquirir síndrome metabólico

Berenice Santos  
12 marzo de 2018

Las personas de la UNAM con mayor nivel educativo tienen mejor salud y por lo tanto, menor riesgo de desarrollar síndrome metabólico (SM), explicó la médica Adriana Robles Cabrera durante su ponencia "Efecto de la educación sobre el riesgo metabólico en la población universitaria", presentada en el Centro de Ciencias de la Complejidad (C3) dentro del *Seminario de Complejidad y Salud* el 28 de febrero pasado.

Robles, quien realiza su doctorado en Ciencias Biomédicas, presentó resultados preliminares de un estudio transversal realizado con estudiantes, trabajadores académicos y trabajadores no académicos de nuestra máxima casa de estudios. La investigación, realizada en 2014, tuvo el objetivo de determinar si el nivel educativo, la edad y el sexo inciden directamente en que las personas tengan mayor o menor grado de riesgo para desarrollar el SM.

El [síndrome metabólico](#) no es una enfermedad, de hecho una persona con síndrome metabólico podría verse y sentirse saludable. Se trata de un conjunto de signos y síntomas que sirven como indicadores (y alerta) de que diversos problemas de salud podrían presentarse, como enfermedades cardíacas o diabetes tipo 2. "Las personas que tienen en algún grado síndrome metabólico, o alguno de los factores de riesgo, se mueren más de problemas cardiovasculares", dijo la también asistente de investigación en el C3.

Los factores para desarrollar SM son cuatro: hipertensión arterial, exceso de grasa corporal (obesidad), elevada concentración de azúcar en la sangre (hiperglucemia) y niveles anómalos de grasas en la sangre (colesterol y triglicéridos). Para tener síndrome metabólico una persona debe presentar al menos tres de los factores de riesgo. Sin embargo, "actualmente sabemos que la obesidad es uno de los criterios primordiales a tomar en cuenta", explicó Robles.

Asimismo, "si la obesidad es uno de los criterios primordiales para desarrollar síndrome metabólico, y está aumentando de una forma acelerada en todo el mundo, quiere decir que muchas personas van a desarrollar [SM] en uno u otro grado", alertó la investigadora.

### Contar con mayor información podría hacer una diferencia

Para la investigación, Robles analizó la situación de salud de una población de 1,073 personas. Obtuvo datos genéticos, fisiológicos, psicológicos, sociales, epidemiológicos, de antropometría y pruebas sanguíneas. Después, para analizar los resultados dividió a la población en cinco grupos de acuerdo a su nivel de estudios: primaria, secundaria y preparatoria, licenciatura, maestría y doctorado.

Los resultados arrojaron que 21% de la población tiene obesidad, esto es una de cada cinco personas. Estar obeso no quiere decir que ya se tenga síndrome metabólico pues es sólo uno de los factores de riesgo. El problema



es sumar otros factores.

En el estudio, de las personas que sólo tienen obesidad y no presentan otro factor de riesgo para SM, 24.03% tienen doctorado y 10.42% tienen primaria. Esto es, hay más doctores con “cuerpos en forma de manzana”.

Pero, cuando se analizó cuántas de las personas obesas presentan dos o más factores de riesgo (hipertensión, hiperglucemia o dislipidemia), más de la mitad de las personas con estudios de primaria tienen otros factores de riesgo (52.8%), en comparación con las personas con doctorado (25.97%).

Esto sugiere que aunque hay más doctores obesos, éstos tienen menos probabilidad de desarrollar SM porque no tienen otros factores de riesgo asociados. En cambio, entre las personas con estudios de primaria se encontraron menos obesos, pero aquellos que tienen mayor grasa en su cuerpo también tienen otros factores de riesgo lo que aumenta sus probabilidades de desarrollar SM y de eventualmente presentar problemas cardíacos o diabetes.

### Más estudios

Aunque este primer estudio permite ver una asociación entre el nivel educativo y el número de factores de riesgo para SM, hay todavía mucho trabajo por delante.

Entre las limitantes de la investigación está una muestra aún pequeña para poder establecer asociaciones y/o relaciones de causalidad. También es necesario contar con una distribución de participantes de acuerdo a su nivel de estudios más equitativa. Además hay otros factores que podrían explicar la diferencia observada como el nivel económico y el estilo de vida. De ahí que es necesario ampliar la muestra y estratificarla mejor para poder sacar conclusiones generales.

Para la población de este estudio en particular, es posible observar que un mayor nivel educativo concide con una mejor salud metabólica general, dice Robles. La hipótesis es que un mayor nivel educativo da acceso a mayor conocimiento lo que permite evaluar y tomar mejores decisiones respecto a las condiciones de salud.

Aunque queda la duda de qué tan buenas decisiones se toman si aún así uno de cada cuatro personas con doctorado participantes presentan obesidad.