

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

INFLUENZA DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA SUL RISCHIO CARDIACO

Secondo uno studio pubblicato sull'*American Journal of Cardiology*, la composizione corporea potrebbe essere un importante fattore da valutare quando si considera la mortalità per malattie cardiovascolari. Infatti, le persone con una malattia cardiovascolare e una massa muscolare alta potrebbero avere un rischio di mortalità inferiore rispetto alle persone con un altro tipo di composizione corporea.

Lo studio ha valutato la composizione corporea e la mortalità di 6.451 pazienti con una malattia cardiovascolare. Sono stati considerati come parametri la massa muscolare, la massa grassa e il Bmi (body mass index). Gli individui sono stati classificati in quattro gruppi (massa muscolare e grassa scarsa, massa muscolare scarsa e grassa alta, massa muscolare alta e grassa scarsa, massa muscolare e grassa alta).

Le persone con più massa muscolare, più massa grassa e Bmi maggiore avevano una mortalità totale e cardiovascolare minore. Il gruppo con più massa muscolare e meno massa grassa aveva il rischio di mortalità più basso tra tutti i gruppi. Gli autori hanno quindi concluso che è importante tenere in considerazione la composizione corporea quando si valuta il rischio cardiovascolare.

Fonte.

*Srikanthan, Preethi, Tamara B. Horwich, and Chi Hong Tseng. "Relation of Muscle Mass and Fat Mass to Cardiovascular Disease Mortality." *The American journal of cardiology* 117.8 (2016): 1355-1360.*