

La ingesta de alcohol lleva a la obesidad abdominal

ELMUNDO.es | Madrid. 19/01/2012 14:05 horas

La ingesta continua de alcohol está relacionada con la obesidad abdominal que, a su vez, implica **mayor riesgo de mortalidad en adultos**, según las conclusiones de un estudio recogido por el Servicio de información y Noticias Científicas (SINC).

Los resultados del estudio, publicados en el ['European Journal of Clinical Nutrition'](#), sugieren que el consumo de alcohol a lo largo de la vida produce **adiposidad abdominal** con aumento del perímetro de la cintura. Además, en los hombres, provoca obesidad general con aumento del Índice de Masa Corporal (IMC).

La investigación, realizada durante nueve años, recogió una muestra de 258.177 individuos de entre 25 y 70 años, procedentes de Francia, Italia, Grecia, Holanda, Alemania, Suecia, Noruega, Reino Unido y España.

"Es el único estudio realizado hasta la fecha que analiza el consumo de alcohol en una amplia muestra de personas adultas de diferentes regiones europeas y examina el papel de la **exposición durante largo tiempo al alcohol en la obesidad abdominal y general**", ha señalado una de sus autoras, María Dolores Chirlaque, investigadora de la Consejería de Sanidad de la Región de Murcia, según informa Europa Press.

No obstante, el estudio señala que los mayores incrementos del perímetro de la cintura se observan en **consumos altos de alcohol**, por lo que no desaconseja un consumo moderado.

"Queda ahora por analizar si el abandono del uso del alcohol, o un consumo bajo de éste, **revierte la obesidad abdominal y en cuánto tiempo**", ha explicado Chirlaque, otra de las investigadores, que pertenece al Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP).

La cerveza, peor que el vino

En el estudio se analizó también los efectos que tenía la cerveza y el vino en la formación de adiposidad. Así, reveló que la ingesta de la primera **que el consumo del vino.**

Además, la investigación reveló que los hombres que consumen más cerveza presentan más riesgos (en un 75%) que los de vino (25%). De esta manera, los hombres que consumen más de tres vasos de cerveza incrementan (50%) sus posibilidades de tener obesidad abdominal. Por su parte, las mujeres que beben uno o dos vasos diarios a lo largo de la vida **tienen un riesgo ligeramente mayor** de desarrollar obesidad abdominal que las que no llegan a consumir medio vaso.

Con respecto al vino, las mujeres que toman tres o más vasos tienen más posibilidades (60%) de padecer **sobrepeso abdominal** que las que no llegan a beber medio vaso. Mientras que, en hombres, este riesgo se sitúa en el 28 por ciento.

