

---

Más evidencia de que el matrimonio es malo para la circunferencia de la cintura

---

22/10/2015



"Esto sugiere que los cambios físicos de uno de los esposos se replicaría en el otro, quizás por la misma dieta, la actividad física y otras conductas que favorecen la obesidad".

Muchos estudios disponibles asocian el matrimonio con el aumento de peso y la ciencia médica probó que existe una relación entre la obesidad y la enfermedad cardíaca, la diabetes y ciertos cánceres.

Lo que este estudio aporta es una nueva mirada en cómo las parejas engordan en tándem, lo que ayudaría a diseñar herramientas más efectivas de prevención y tratamiento de la obesidad orientadas a las parejas, según publica el equipo de Cobb en American Journal of Epidemiology.

Los autores siguieron a casi 4000 parejas durante 25 años, desde 1987 y 1989. Tras una evaluación inicial, los participantes concurrieron a cuatro consultas con intervalos de tres años más una quinta evaluación entre el 2011 y el 2013. El 23 por ciento de los hombres y el 25 por ciento de las mujeres eran obesos al inicio del estudio.

Los hombres con peso normal con esposas que engordaron entre las consultas eran un 78 por ciento más propensos a subir de peso durante el estudio que si sus esposas no hubiesen engordado tanto. En las mujeres, ese riesgo creció un 89 por ciento.

No hubo muchos participantes originalmente obesos que adelgazaran lo suficiente para dejar de ser obesos, pero en aquellos casos en los que sí ocurrió, el efecto se trasladó al otro integrante de la pareja.

Para Ivanka Prichard, investigadora de la Universidad de Flinders, Adelaida, Australia, es habitual que los matrimonios compartan hábitos en el tiempo que influyen en el peso corporal.

"Con el tiempo, la alimentación, en especial sus aspectos poco saludables, inducen los cambios en el peso", sostuvo Prichard, que no participó del estudio.

"También aparecen factores o presiones que pueden influir en ambos, como los hijos, el trabajo, la información sobre salud, el tiempo o la economía familiar", agregó.

Pero, como los hábitos poco saludables, las elecciones positivas del estilo de vida también se contagian en el matrimonio, según afirmó Debra Umberson, directora del Centro de Investigación Poblacional de University of Texas, Austin.

FUENTE: American Journal of Epidemiology, online 23 de septiembre del 2015.

---