

10 Prozent der Älteren von sarkopenischer Adipositas betroffen

Datum: 14.09.2026

Original Titel:

Prevalence of Sarcopenic Obesity in Elderly Population: A Meta-Analysis

Kurz & fundiert

- Bei wie vielen Älteren liegt sarkopenische Adipositas vor?
- Systematischer Review mit Metaanalyse von 37 Forschungsartikeln, Daten von Menschen ab 65 Jahren
- Zusammengefasste Prävalenz von sarkopenischer Adipositas bei älteren Menschen etwa 10 %
- Männer und Frauen in gleichem Maße betroffen
- Hohe Heterogenität weist auf große Unterschiede zwischen Studien hin
- Dringender Bedarf für präventive und therapeutische Maßnahmen

MedWiss – Ein systematischer Review mit Metaanalyse über 37 Beobachtungsstudien zeigte, dass rund 10 % der älteren Bevölkerung an einer Kombination aus Adipositas und Muskelverlust (Sarkopenie) leiden. Dabei waren Männer und Frauen gleich stark betroffen. Die Ergebnisse verdeutlichen den hohen gesundheitlichen Stellenwert dieses Problems und unterstreichen die Notwendigkeit gezielter Präventions- und Interventionsmaßnahmen, so das Fazit der Autoren.

Sarkopenische Adipositas ist durch das gleichzeitige Vorliegen von Adipositas und Muskelverlust gekennzeichnet. Sie ist mit ungünstigen gesundheitlichen Folgen wie Stürzen, Krankenhausaufenthalten, funktionellen Einschränkungen und erhöhter Sterblichkeit verbunden. Das Ziel einer aktuellen Studie war es, eine umfassende Analyse der Prävalenz von sarkopenischer Adipositas bei älteren Menschen durchzuführen.

Wie häufig ist Muskelverlust mit Adipositas bei älteren Menschen?

Der systematische Review mit Metaanalyse ermittelte Beobachtungsstudien in den medizin-wissenschaftlichen Datenbanken PubMed, Embase, Web of Science und LILACS, die bis Juli 2023 veröffentlicht wurden und die Prävalenz von sarkopenischer Adipositas bei Menschen ab 65 Jahren untersuchten.

Systematischer Review mit Metaanalyse über 37 Beobachtungsstudien

Insgesamt erfüllten 37 Artikel die Einschlusskriterien und wurden in die Metaanalyse aufgenommen.

Die zusammengefasste Prävalenz von sarkopenischer Adipositas bei älteren Menschen betrug 10 % (95 % Konfidenzintervall, KI: 8 - 12 %; I²: 99 %; p < 0,001). Nach einer Aufschlüsselung nach Geschlecht ergab sich ein ähnliches Ergebnis mit einer Prävalenz von jeweils 10 % bei Männern (95 % KI: 8 - 12 %; I²: 97,46 %; p < 0,001) und Frauen (95 % KI: 8 - 12 %; I²: 98,72 %; p < 0,001). Zwischen den Studien wurde eine hohe Heterogenität festgestellt. Subgruppen- und Sensitivitätsanalysen zeigten, dass der Studienkontext, die verwendeten Kriterien zur Diagnose von Adipositas sowie das Risiko für Bias potenzielle Faktoren für die Heterogenität der Prävalenzschätzungen waren.

Prävalenz bei Frauen und Männern etwa 10 Prozent: Handlungsbedarf für Prävention und Therapie

Die Ergebnisse der Metaanalyse zeigen somit, dass sarkopenische Adipositas unter älteren Menschen häufig vorkommt, ohne Unterschiede zwischen den Geschlechtern, und demnach ein erhebliches Gesundheitsproblem in dieser Bevölkerungsgruppe darstellt. Dies unterstreicht die Bedeutung von Interventionen zur Reduzierung der Häufigkeit von sarkopenischer Adipositas im Alter.

Referenzen:

Rupolo VL, Camargo TL, de Oliveira Maranhao Pureza IR, Beretta MV, Garcez A. Prevalence of Sarcopenic Obesity in Elderly Population: A Meta-Analysis. Curr Aging Sci. 2025;18(2):147-162. doi: 10.2174/0118746098331277241101025928. PMID: 40792467.