

Kognitive und kardiovaskuläre Folgen von sarkopenischer Adipositas

Datum: 04.09.2025

Original Titel:

Sarcopenic obesity and health outcomes: An umbrella review of systematic reviews with meta-analysis

Kurz & fundiert

- Erhöht sarkopenische Adipositas das Risiko für gesundheitliche Probleme?
- Umbrella Review von 9 systematischen Übersichtsarbeiten mit Metaanalyse
- Risikoerhöhung für kognitive Beeinträchtigungen bei Menschen mit sarkopenischer Adipositas
- Risiko für koronare Herzkrankheiten und Dyslipidämie bei sarkopenischer Adipositas erhöht
- Im Vergleich zu isolierter Adipositas oder Sarkopenie zeigen sich uneinheitliche Ergebnisse
- Prospektive Studien liefern nur eine geringe Evidenz für langfristige Gesundheitsfolgen
- Muskelkraft und körperliche Leistungsfähigkeit werden in der Diagnose von sarkopenischer Adipositas oft nicht berücksichtigt

MedWiss - Eine aktuelle Metaanalyse konnte zeigen, dass Menschen mit sarkopenischer Adipositas ein signifikant erhöhtes Risiko für kognitive Beeinträchtigungen, koronare Herzerkrankungen und Dyslipidämie haben. Die Ergebnisse der Analyse stammen dabei hauptsächlich aus Querschnitts- und Fall-Kontroll-Studien.

Viele Studien legen nahe, dass das gleichzeitige Vorliegen von reduzierter Muskelmasse und Adipositas, die sogenannte sarkopenische Adipositas, ein potenzieller Risikofaktor für negative gesundheitliche Folgen sein könnte. Aufgrund der uneinheitlichen Ergebnisse früherer Studien wurde nun ein Umbrella Review zu diesem Thema durchgeführt.

Reduzierte Muskelmasse und Adipositas: Wie problematisch?

Für den Umbrella Review wurden bis November 2023 mehrere wissenschaftliche Datenbanken nach systematischen Übersichtsarbeiten mit Metaanalysen von Beobachtungsstudien (Querschnitts-, Fall-Kontroll- und prospektive Studien) durchsucht.

Umbrella Review über 9 systematische Reviews mit Metaanalysen

Insgesamt wurden von 213 untersuchten Publikationen 9 systematische Übersichtsarbeiten mit Metaanalyse eingeschlossen, welche Daten von insgesamt 384 710 Studienteilnehmern umfassten. In den Querschnitts- und Fall-Kontroll-Studien wurden 30 verschiedene Gesundheitsendpunkte analysiert, von denen 18 statistisch signifikant waren. Sarkopenische Adipositas war mit einem erhöhten Auftreten folgender Erkrankungen assoziiert:

- Kognitive Beeinträchtigung (k = 3; Odds Ratio, OR: 3,46; 95 % Konfidenzintervall, KI: 2,24 - 5,32; hohe Evidenzqualität)
- Koronare Herzkrankheit (k = 2; OR: 2,48; 95 % KI: 1,85 - 3,31)
- Dyslipidämie, gestörte Blutfettwerte (k = 3; OR: 2,50; 95 % KI: 1,51 - 4,15)

Im Vergleich zu Menschen mit entweder nur Sarkopenie oder nur Adipositas fielen die Ergebnisse widersprüchlich aus. Hier konnten keine klaren Unterschiede identifiziert werden. In prospektiven Studien zeigten sich Zusammenhänge zwischen sarkopenischer Adipositas und anderen negativen Gesundheitsfolgen nur mit niedriger bis sehr niedriger Evidenz. Zudem wurden keine Vergleiche mit nur adipösen oder nur sarkopenen Studienteilnehmern vorgenommen.

Sarkopenische Adipositas mit kognitiven und kardiovaskulären Risiken assoziiert

Zusammenfassend kommt die Analyse zu dem Ergebnis, dass sarkopenische Adipositas ein Risikofaktor für einige Erkrankungen wie kognitive Probleme, Herzkrankheiten oder Fettstoffwechselstörungen sein könnte. Laut der Studienautoren sind allerdings weitere Studien mit klaren Definitionen von sarkopenischer Adipositas notwendig, um die Ergebnisse zu bestätigen, insbesondere im Vergleich zur alleinigen Präsenz von Sarkopenie oder Adipositas. Auch der Einfluss von Muskelkraft und körperlicher Leistungsfähigkeit muss genauer untersucht werden.

Referenzen:

Veronese N, Ragusa FS, Pegreffi F, Dominguez LJ, Barbagallo M, Zanetti M, Cereda E. Sarcopenic obesity and health outcomes: An umbrella review of systematic reviews with meta-analysis. *J Cachexia Sarcopenia Muscle*. 2024 Aug;15(4):1264-1274. doi: 10.1002/jcsm.13502. Epub 2024 Jun 19. PMID: 38897937; PMCID: PMC11294015.