

Sarcopenia



DANTE ALBERTI Médico Geriatra
Jefe Unidad de Geriatria Complejo Hospitalario San José
Profesor Adjunto Facultad de Medicina Universidad de Chile
Profesor Adjunto Facultad de Medicina Universidad USACH

ES LA SARCOPENIA UN
SINDROME GERIATRICO ?

SARCOPENIA

- Griego
- Sarx = Carne
- Penia = Pérdida
- LA SARCOPENIA SE DEBE CONSIDERAR COMO UN SINDROME GERIATRICO. EL MÁS IMPORTANTE ?

- **Importancia de la Masa Muscular en la salud**

- ① Las consecuencias demostradas de la sarcopenia

Sarcopenia y complicaciones

Las complicaciones aumentan con una pérdida mayor de MCM

% de pérdida de MCM total	Complicaciones*	% de mortalidad
10	Alteración de la inmunidad y aumento de las infecciones	10
20	Disminución de la cicatrización, debilidad, infecciones y adelgazamiento de la piel	30
30	Demasiada debilidad para sentarse, úlceras por decúbito, neumonía y falta de cicatrización de las heridas	50
40	Muerte, normalmente por neumonía	100

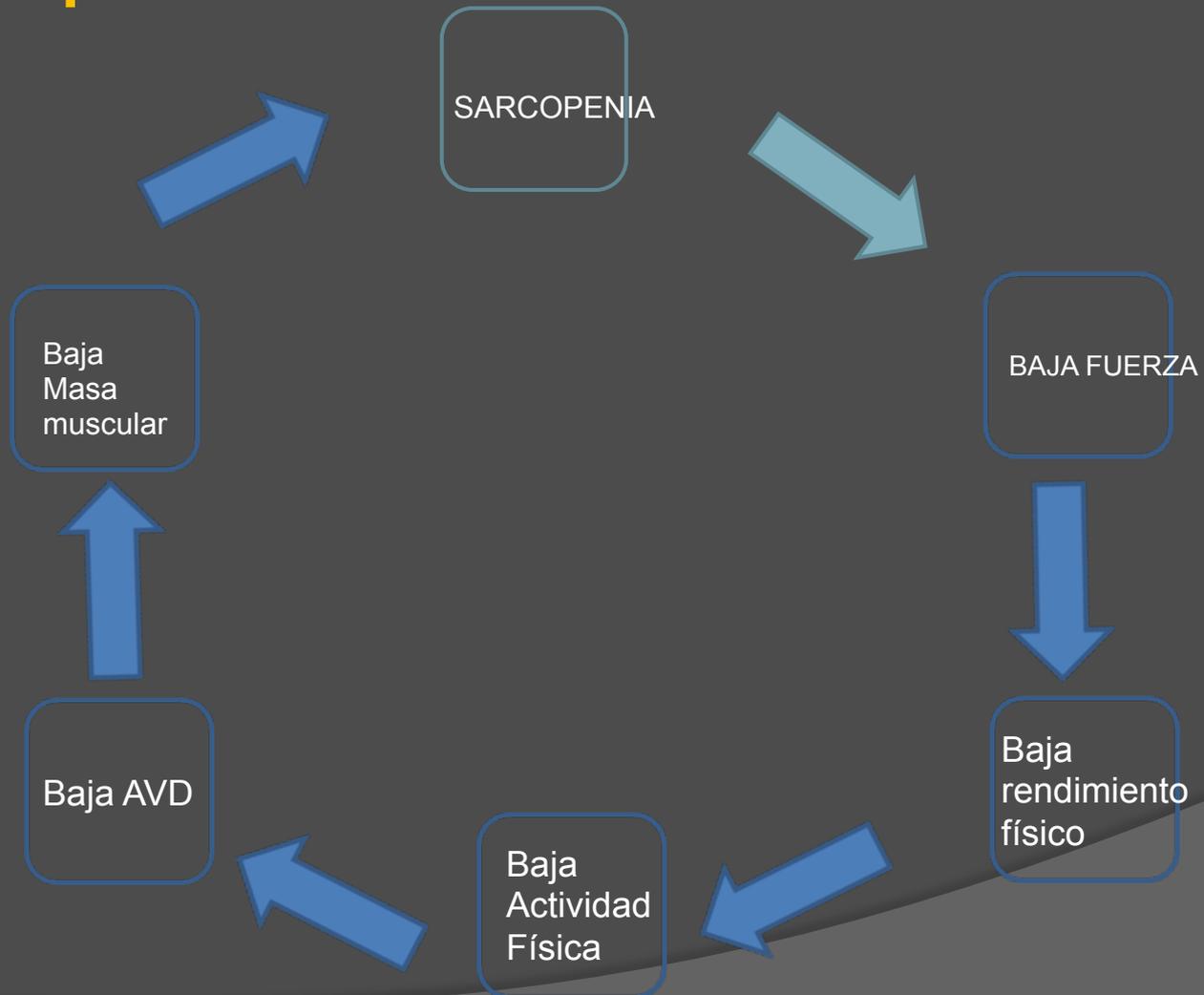
*En ausencia de pérdida preexistente de MCM. Adaptado de Demling¹¹.

Síndrome geriátrico

Cruz-Jentoft et al.

- ① Previamente un cribado
- ② Determinación de la masa muscular.

Circulo vicioso de la Sarcopenia



● CLASIFICACIÓN DE LA SARCOPENIA

- Fisiopatología del envejecimiento muscular

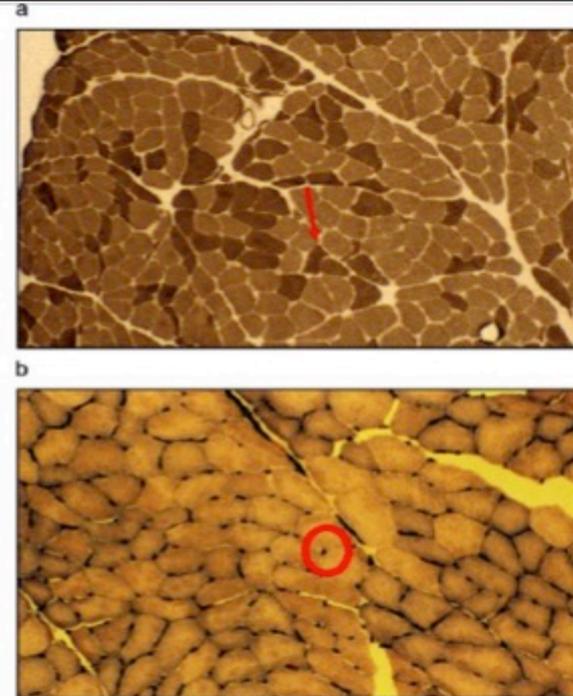
- Envejecimiento Asociado Nivel Mitochondrial

● La Inflamación

Disminución de hormonas

● Estrés oxidativo

Cambios micro y macroscópicos.



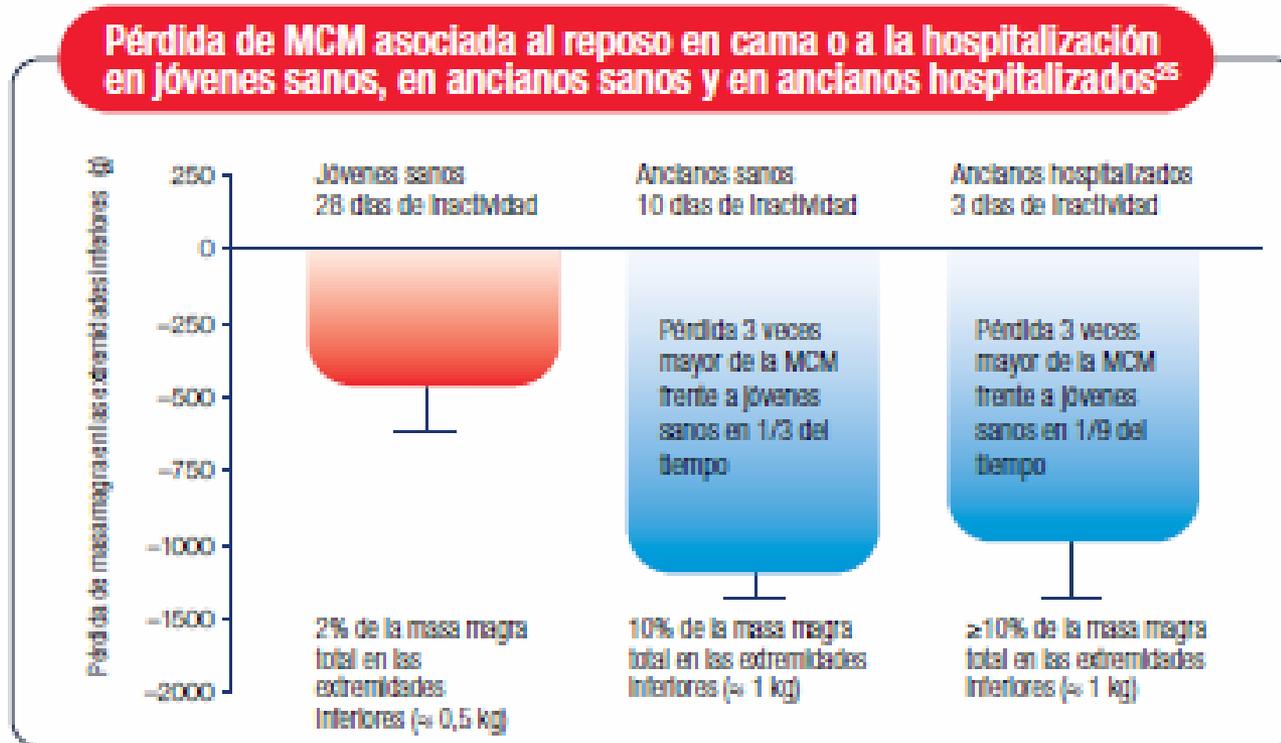
● «Obesidad Sarcopénica»

CUANTIFICACIÓN SARCOPENIA

- ◉ ASM = masa muscular esquelética apendicular es la suma de la masa muscular de las cuatro extremidades medida con DEXA.
- ◉ $IMM = ASM / altura^2$ (kg/m²).
- ◉ $IME = (ASM / masa\ corporal) \times 100$.

- ⦿ TC o RM
- ⦿ DEXA
- ⦿ BIA
- ⦿ EXCRECIÓN DE CREATININA
- ⦿ ANTROPOMETRÍA

REPOSO ABSOLUTO Y SARCOPENIA



Adeitado con autorización de Padkin-Jones²⁵.

◎ SARCOPENIA SECUNDARIA (Injuria)

- ◎ SARCOPENIA SECUNDARIA
Resistencia a la insulina

SARCOPENIA SECUNDARIA A MAL NUTRICIÓN

- La prevención y tratamiento de la sarcopenia tiene tres grandes pilares:

- La intervención nutricional



- El ejercicio físico



- Posiblemente, la intervención farmacológica.

Requerimientos de Proteínas

Necesidades de proteínas de los pacientes con riesgo de pérdida de MCM

Situación	Necesidades diarias de proteínas, g/kg-día
Normal	0,8
Ancianos	1,2 - 1,5
Existencia de heridas	1,5
Traumatismos, infecciones e intervenciones quirúrgicas	1,5 - 2,0
Enfermedad crítica	1,5 - 2,0
Enfermedad crónica	1,5

Adaptado de Demling¹¹.

- ⦿ Recomendaciones sobre ingesta proteica



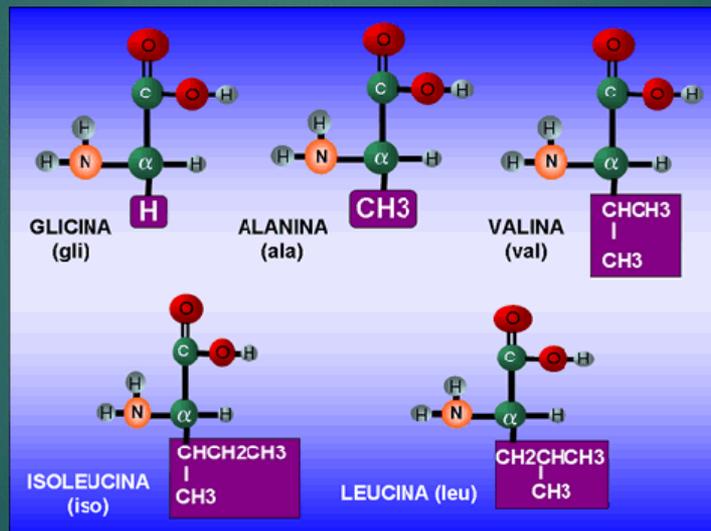
Nueva perspectiva sobre la masa corporal magra.

HMB (β -HIDROXI- β -METILBUTIRATO):

CREATINA

¿Es posible que las proteínas y calorías no sean suficiente para contrarrestar la sarcopenia ?

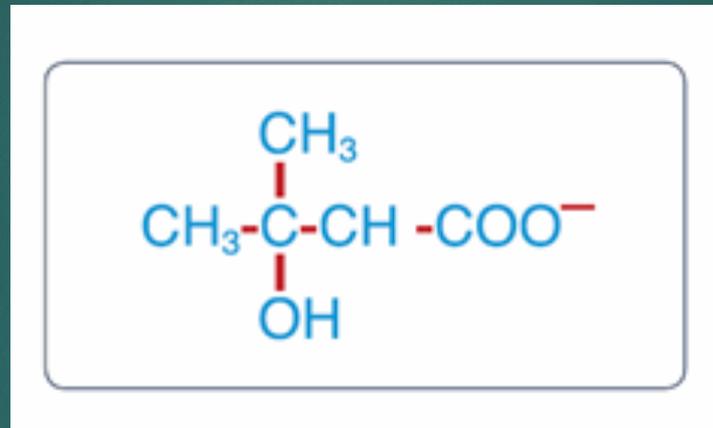






▶ Leucina.

β -hidroxi- β -metilbutirato



Tradicionalmente se investigó en medicina del deporte (2)

- 
- ▶ Mecanismos anticatabólicos protectores y síntesis de proteínas
 - ▶ Regula la degradación de las proteínas
 - ▶ Aumenta la síntesis de proteínas
 - ▶ Estabiliza la membrana de la célula muscular

Experiencia clínica con HMB

