科学家称超13成年人的BMI指数分类有误

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/39094.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

科学家称超13成年人的BMI指数分类有误。近日，一项发表于《营养素》的研究发现，使用最广泛的健康指标之一——身体质量指数（BMI），可能对很大一部分人群的判断有误。通过将BMI分类结果与双能X射线吸收法（DXA）扫描得出的精确体脂测量结果进行对比，研究人员发现，超1/3的成年人被归入了错误的体重类别。许多被贴上超重或肥胖标签的人实际上并没有达到相应的体脂水平，而另一些人则被漏掉了。DXA被认为是金标准，它根据年龄和体脂百分比来划分体重状况，能更直接地评估肥胖程度。

近年来，BMI受到的批评越来越多，因为它不能直接测量体脂，也无法反映体脂在体内的分布情况。论文作者、意大利摩德纳大学的Marwan El Ghoch说，这一局限性使得BMI难以准确反映肥胖程度。尽管如此，BMI仍在临床护理和非临床环境中被广泛使用。

为了更准确地了解BMI的可靠性，意大利维罗纳大学、摩德纳大学等高校的研究人员对一个普通人群进行了研究。该研究涉及1351名年龄在18至98岁之间的成年白人，其中60%为女性。

按照世界卫生组织的标准BMI分类，19名（1.4%）BMI低于18.5的参与者被归类为体重过轻；787名（58.3%）BMI在18.5至25的参与者被归类为体重正常，354名（26.2%）BMI在25至30的参与者被归类为超重；191名（14.1%）BMI超过30的参与者被归类为肥胖。

随后，研究人员使用DXA扫描测量了参与者的的脂肪率（BF%），并重新进行分类评估。

通过对比DXA扫描测量结果与BMI分类结果，研究人员发现，它们对参与者的评估存在显著差异。在被BMI归类为肥胖的人群中，超1/3（34%）根据DXA结果实际上属于超重类别。而在被BMI归类为超重的人群中，超半数（53%）被归入错误类别。其中约3/4实际上处于正常体重范围，剩余的符合肥胖标准。

研究结果表明，在正常体重范围（BMI为18.5至25）内，BMI和DXA测量显示出更高的一致性，在78%的情况下结果一致。而在体重过轻组中差异最大。在BMI低于18.5、被归类为体重过轻的19人中，有13人在经过DXA重新测量分析后被认为体重正常。

最终，DXA的结果显示，参与者的综合超重和肥胖率约为37%，而基于BMI的这一比例为41%。

我们的研究凸显了一个事实，即在意大利普通人群中，超1/3的成年人被错误归类，被置于不正确的体重类别中。El Ghoch说。

论文作者、维罗纳大学的Chiara Milanese补充道：我们的另一个关键发现是，尽管两种系统识别出的超重和肥胖的总体比率相似，但在某些情况下，谈论的不是同一批人。换句话说，通过DXA识别出的个体与通过BMI分类得出的个体并不完全相同。因为BMI分类与DXA测定的BF%存在分歧。

研究人员得出结论，意大利公共卫生指南应进行更新，除BMI外，还应纳入可直接测量身体成分的其他工具和指标。他们还指出，在全球范围内的白人中，可能存在类似分类的错误。不过，需要进一步研究来确定这些发现是否适用于不同种族和地区人群。（来源：中国科学报 许悦）

相关论文信息：https://doi.org/10.3390/nu17132162

作者：Marwan El Ghoch 来源：《营养素》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发