



«Debería perseguirse el consumo de chucherías igual que el del tabaco»

Mark Kearney Cardiólogo Universidad de Leeds

«La obesidad se está convirtiendo en la dolencia de las personas con menos recursos, porque es más barato comer comida basura»

F. APEZTEGUIA

BILBAO. Los cigarrillos están dejando de ser el enemigo número uno de la salud humana para dejar paso al azúcar, que según los especialistas tomamos en cantidades industriales. El condimento más dulce resulta ser también el más peligroso. Su consumo está directamente relacionado con algunas de las enfermedades que más matan, como los infartos, la diabetes, la insuficiencia cardíaca y la toxicidad hepática; y otras que pueden complicar mucho la vida como la hipertensión, dolores articulares, la caries... El reconocido cardiólogo británico Mark Kearney, investigador de la Universidad de Leeds financiado por la Bri-

tish Heart Foundation, llegó ayer a Bilbao para abrir el ciclo de conferencias 'Las principales causas de muerte, organizado por el centro de investigación CIC Biogune y la Fundación BBVA. Su mensaje no deja lugar a dudas. «El consumo de chucherías debería perseguirse igual que el del tabaco», afirmó.

– **Ustedes, los especialistas, llevan décadas recomendando dieta sana y ejercicio para luchar contra las enfermedades ligadas a la obesidad y el sedentarismo. Pero, por lo visto, eso solo no funciona. ¿Qué más se puede hacer?**

– No hay una respuesta sencilla. Habría que empezar en la escuela fomentando el ejercicio entre los niños. Que coman bien es algo difícilísimo. La diabetes viene del sobrepeso. Hay que abordar las consecuencias de la obesidad para prevenirlas.
 – **Un reto imposible. La escuela dice que eso se aprende en casa y los padres, que los niños donde comen es en la escuela...**
 – La responsabilidad es de los pa-



Kearney, en la sede de la fundación BBVA en Bilbao. :: PEDRO URRESTI

drés, pero también de los países, de los gobiernos.

– **¿Habría que adoptar medidas... de tipo general?**

– En Reino Unido tenemos ahora mismo un debate en torno al consumo de azúcar. Si miramos la legislación vigente, la prohibición de fumar permitió reducir los infartos de

miocardio. La salud de los niños es responsabilidad de todos nosotros.

– **¿Dice usted que hay que regular las chucherías igual que el tabaco?**
 – Igual sí. Ese debería ser el siguiente paso a la regulación del tabaco.
 – **¿Qué propone?**
 – Está visto que la educación no funciona. Habrá que legislar.

Cuestión de tiempo

– **¿Prohibiría las gominolas?**
 – Más que eso, hay que intervenir en la cantidad y el tipo de azúcares que se utilizan y que van en ese tipo de productos.

– **¿El abuso del azúcar es tan nocivo como el de sal?**

– Sí, son bastante parecidas.

– **¿Qué podemos esperar?**

– Son medidas que, como ocurrió con el tabaco, necesitarán tiempo antes de ponerse en marcha, pero es inevitable que los gobiernos hagan algo al respecto.

– **Con la crisis, la gente tiene menos tiempo para hacer ejercicio y menos dinero para llevar una vida sana. ¿Qué se puede esperar?**

– El problema es que la obesidad se está convirtiendo en la enfermedad de las personas con problemas económicos. Es más barato comer a base de comida basura.

– **La prevención del infarto es una de las áreas donde mejores resultados se han logrado en los últimos años...**

– Sí, pero en los diabéticos no tenemos tan buenos resultados; y todavía no sabemos por qué.

«La prevención del infarto no funciona igual en las personas diabéticas y aún no sabemos por qué»