



# El 16% de los vascos tiene un alto riesgo de diabetes

El sobrepeso, que en Euskadi afecta al 49%, es la causa principal

**BILBAO** – El 16% de la población en Euskadi tiene un riesgo “alto o muy alto” de desarrollar diabetes tipo 2 en los próximos diez años, según los resultados del Test Findrisk, uno de los métodos más eficaces de cribado de la diabetes. Este porcentaje es “ligeramente superior” a la media estatal, donde el 15% de la población presenta ese riesgo. En concreto, Murcia (20,1%), Extremadura (20%) y Castilla-La Mancha (19%) son las comunidades que tienen mayor riesgo de padecer diabetes. Estas son las principales conclusiones del análisis de los resultados del programa de cribado que ha realizado la Fundación para la Diabetes con el apoyo de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN).

Del total de población analizada, el 17% presenta obesidad (índice de masa corporal-IMC superior a 30) y el 32% tiene sobrepeso (IMC entre 25 y 30), es decir, que una de cada dos personas en Euskadi (49%) tiene obesidad o sobrepeso. Con relación a la actividad física, más del 43% de las personas que cumplimentaron el test en Euskadi no realiza un mínimo diario de 30 minutos de actividad física (o cuatro horas a la semana).

Durante cinco años, la Fundación para la Diabetes ha recopilado a través de su web los datos de 72.307 cuestionarios, de los que 2.921 corresponden a Euskadi, a partir de los cuales SEMERGEN ha llegado a dichas conclusiones. Según afirma su presidente, José Luis Llisterri, la última encuesta europea de salud en España alerta de la epidemia de obesidad en



La obesidad y el sedentarismo están detrás de la diabetes. Foto: R. Plaza

Europa y en España. En este sentido, más de la mitad de la población española adulta está por encima del peso considerado normal y el 54% son sedentarios. “Los kilos de más constituyen un grave problema sanitario que tiene una relación directa con enfermedades tan graves como las cardiovasculares, el cáncer o la diabetes”, afirmó Llisterri.

Con todos estos datos sobre la mesa, se hace necesaria la correcta utilización de medidas preventivas (actividad física y correcta alimentación), dado que las intervenciones sobre los estilos de vida han demostrado reducir la incidencia de la diabetes tipo 2 en individuos prediabéticos. En opinión del doctor Javier Mediavilla, coordinador

del Grupo de Trabajo de Diabetes “es recomendable que todas las personas con un índice de riesgo superior a 14 puntos consulten con su médico y lleven a cabo las pruebas para el diagnóstico, para comenzar un tratamiento cuanto antes y evitar o retrasar complicaciones graves asociadas a un mal control de la enfermedad”.

Ante los resultados obtenidos y con el objetivo de frenar esta pandemia, SEMERGEN y la Fundación para la Diabetes demandan a las administraciones sanitarias la puesta en marcha de nuevos programas de sensibilización que actúen sobre los factores de riesgo modificables como la obesidad, el sedentarismo, la mala alimentación o el tabaquismo. –Europa Press