



La obesidad no es una epidemia sino una pandemia

S.T./CARTAGENA Manuel Sánchez. / LV ImprimirEnviar Desde La Unión, Manuel Sánchez Pinilla trabaja día a día con pacientes con los que en muchos de los casos tiene que batallar conjuntamente contra la **diabetes** y el sobrepeso. Pese a que su especialidad es la medicina de familia, se reconoce como un enamorado del estudio de la **diabetes**. Sus experiencias en campamentos de niños diabéticos le han servido para formar parte del programa Dino como asesor.

- ¿Realmente la obesidad es la epidemia de este siglo o estamos exagerando?

- No es una epidemia, sino una pandemia, ya que la padecen no sólo Cartagena y esta Región sino todo el mundo. La Organización Mundial de la Salud advierte de que para el año 2025 habrá más de 300 millones de diabéticos en todo el mundo.

- La dieta mediterránea está, entonces, sucumbiendo a la poderosa influencia anglosajona, ¿no?

- Desgraciadamente sí, aunque en esta zona el problema no está tanto en el consumo de la comida rápida como en el exceso de calorías.

- ¿Qué costumbres alimenticias tienen los cartageneros que están desequilibrando peligrosamente su dieta?

- Sus hábitos son extensibles a otras zonas del país, pero por ejemplo están las calorías ocultas. Lo que se llama picoteo. Nadie contabiliza lo que puede ingerir cada vez que pica algo de comida, pero en total es una buena suma de calorías. Por otro lado, está el excesivo consumo de grasas y la introducción cada vez más frecuente de la llamada comida basura.

- ¿Qué le falta o qué le sobra a la dieta de esta zona?

- En general se ha comprobado que comen de todo, salvo las legumbres que están muy apartadas de nuestras mesas. Por otro lado, se comen demasiadas carnes rojas.



- Usted trabaja en un pueblo. ¿Existen diferencias entre lo que se come en una ciudad y en un pueblo?
- La influencia de la comida rápida se extiende también a los pueblos. Raro es ver que no haya un restaurante donde sirven hamburguesas. Además, la misma publicidad en los medios te incita a la opulencia en la comida.
- El freno a la **diabetes** y la obesidad depende en gran parte de la fuerza de voluntad del paciente, parece una batalla difícil.
- Sí lo es, pero cada vez se nota que la gente se preocupa más de estas cosas, sobre todo las mujeres, que son más sensibles a las cuestiones de la imagen.