

UNIA ■ ACOSTA APUNTA QUE EL NÚMERO DE NIÑOS CON SOBREPESO SE INCREMENTARÁ

“El índice de obesidad infantil alcanza un 14%”

El endocrino considera estos datos “alarmantes” y apuesta por la importancia de la educación en las dietas alimentarias adecuadas

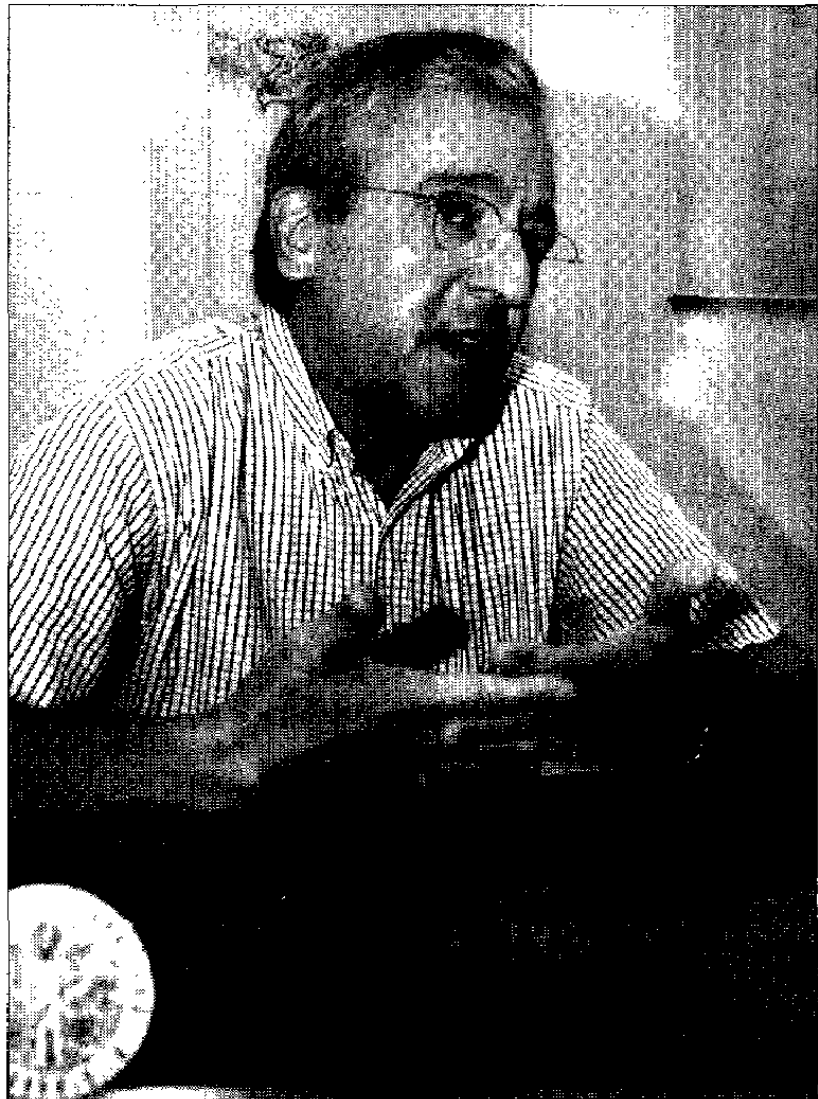
DE FNA MANZANO ■ HUELVA

Nutrición y Dietética en la enfermedad” fue el tema que ayer expuso en la UNIA Domingo Acosta Delgado, médico clínico del servicio de Endocrinología del hospital universitario Virgen del Rocío de Sevilla, quien alertó del “alarmante índice de obesidad entre la población infantil, que alcanza un 14% y que además va incrementándose”.

En su ponencia se centró en el síndrome metabólico, una entidad que engloba la presencia de diabetes, de hipertensión, de dislipemia y de obesidad. También expuso qué hacer para evitar estos problemas y trató de argumentar que “dietas mágicas y especiales, no tienen demostrada ninguna rentabilidad clínica a largo plazo”.

El doctor explicó que la dieta es un “pilar importante del tratamiento integral de un diabético” y donde éste más refuerzo necesita, ya que requiere más apoyo educativo para aprender a utilizarla sin que suponga una alteración de su ritmo de vida.

Acosta destacó que en primer lugar hay que conocer los hábitos y necesidades del paciente e incluso su situación socioeconómica y en base a eso adaptar una dieta adecuada para él. Por ejemplo, en el caso de la obesidad se hace ver a la persona que tiene que reducir la ingesta de calorías y aumentar su actividad física; si se trata de diabetes tendrá que consumir alimentos de unas determinadas características para evitar problemas con la glucosa y



LIFE CEJUDO

Domingo Acosta Delgado en la sede de la UNIA en La Rábida

si se habla de colesterol el paciente deberá consumir menos grasas saturadas.

El endocrino afirmó que “hay una gran paradoja, ya quienes viven en la zona mediterránea no hacen una dieta mediterránea”. Según Acosta la educación debe empezar en las escuelas para que

así el niño reciba conocimientos de qué beneficios puede encontrar en una alimentación adecuada. “No cabe duda de que el niño es presa hoy día de todo lo contrario, de la alimentación fácil, rica en grasas, de montones de productos industriales, y por tanto no recibe estímulos”. ■