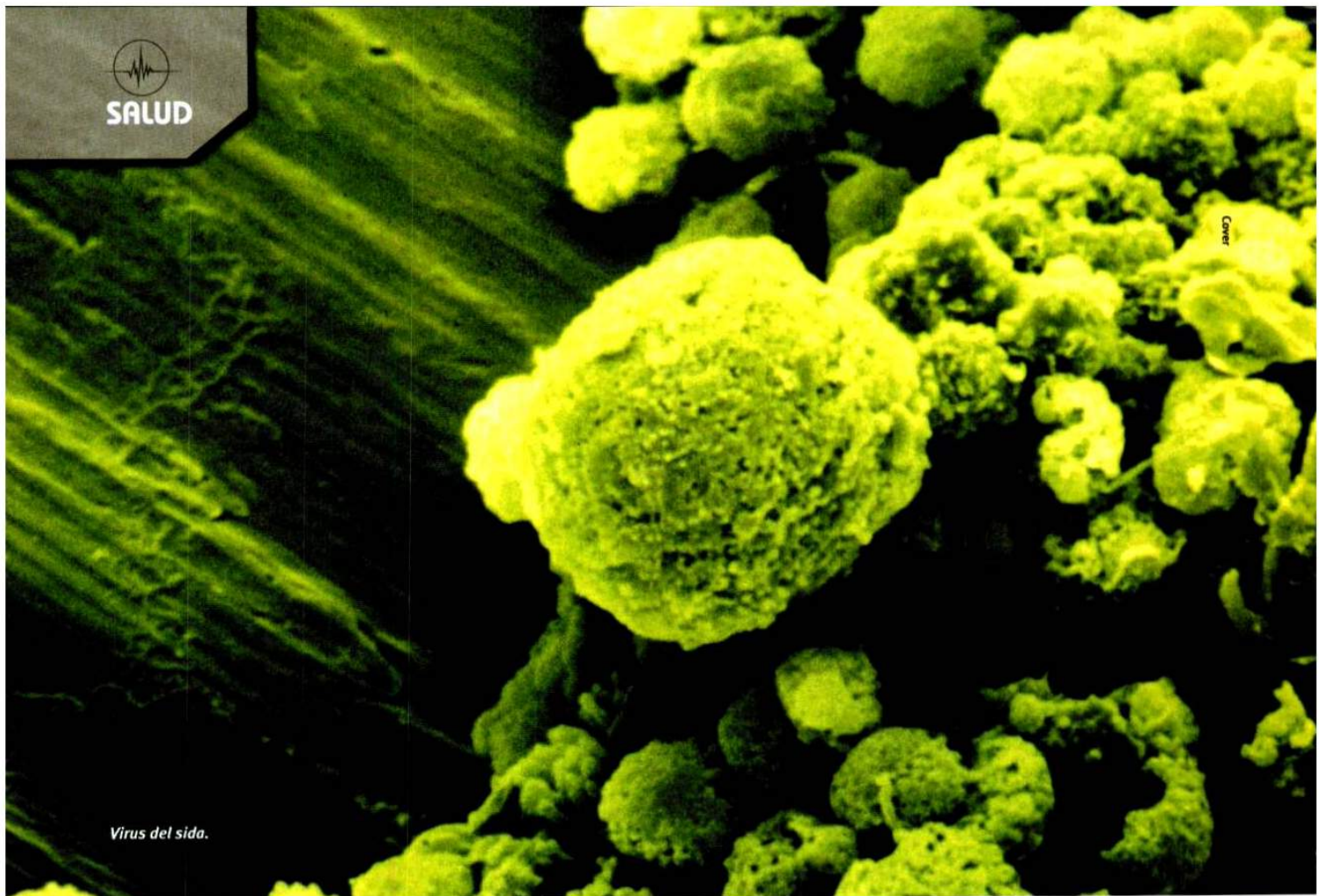




SALUD



Virus del sida.

## Enfermedades del futuro

❖ Las dolencias cardíacas provocarán el mayor número de muertes en el mundo.

❖ La obesidad se define como una nueva plaga. Más del 53% de la población española tiene sobrepeso.

❖ Mientras se espera la cura para el cáncer, los hábitos de vida saludables serán la mejor prevención.

Un puñado de enfermedades serán en el siglo XXI los grandes enemigos de la humanidad, tanto de los habitantes de los países desarrollados como de los más pobres. Ninguna es nueva, pero su evolución ha disparado las alarmas de la Organización Mundial de la Salud (OMS), cuyos informes advierten de que en los próximos decenios habrá que hacer frente a un doble desafío:

❖ En primer lugar, **las nuevas epidemias de enfermedades crónicas no transmisibles**. Por ejemplo, las dolen-

cias cardíacas, que serán la causa principal de morbilidad en el mundo en 2020; la diabetes; los traumatismos, cuyo número crecerá al mismo ritmo que aumenta la esperanza de vida en el mundo desarrollado; la obesidad y la depresión unipolar grave. El tabaco será la principal causa de muerte durante los próximos decenios; el alcoholismo es ya la principal causa de discapacidad entre los hombres en países desarrollados y la cuarta en las regiones en desarrollo. Según la OMS, más del 50% de las defunciones y las discapacidades causadas por enfermedades cardíacas

y accidentes cerebrovasculares pueden evitarse reduciendo la hipertensión, el exceso de colesterol, la obesidad o el consumo de tabaco.

❖ El mundo tendrá que afrontar también la lucha contra **las enfermedades infecciosas**, la malnutrición y las complicaciones del embarazo, que afectan especialmente a los países pobres. Pese a los antibióticos y las vacunas que han controlado o hasta erradicado muchas enfermedades infecciosas, los gérmenes van a seguir siendo una de las grandes amenazas en el siglo XXI. Desde las

dolencias respiratorias, como la actual neumonía asiática, hasta la malaria o la tuberculosis hacen que pierdan la vida decenas de millones de personas cada año. Surgen cepas resistentes a los medicamentos más potentes.

### ...❖ DIABETES

En 2010, habrá en el mundo 220 millones de diabéticos, especialmente adultos, por culpa en gran medida de una alimentación incorrecta, el envejecimiento de la población, la obesidad y una vida sedentaria. En los países europeos, el 20% de los mayores de 65 años padecen diabetes, un porcentaje que superará el 30% en el año 2010. Actualmente, la diabetes afecta a más de un 4% de la población europea.

### ...❖ CÁNCER

La Organización Mundial de la Salud reconoce que, a pesar de los progresos en investigación, prevención y tratamiento, apenas un tercio de los casos de cáncer pueden curarse mediante una detección precoz unida a un tratamiento eficaz. Sí podrían prevenirse con una alimentación correcta y el cese del consumo de tabaco. La ingestión diaria de frutas y verduras hace desaparecer, por ejemplo, los riesgos de aparición de cáncer de colon.

La OMS prevé un aumento de los tumores de pulmón, especialmente entre mujeres fumadoras, y de los cánceres de colon. El de estómago se hará menos frecuente gracias a la mejora en las técnicas de conservación de alimentos. También disminuirán los tumores de útero por la detección precoz.

### ...❖ DEPRESIÓN

Se prevé que en un plazo de veinte años la depresión se convierta en la segunda enfermedad más frecuente del planeta. Un estudio de la OMS estima que en 2020 será la mayor causa de incapacidad de los habitantes de países desarrollados. La incidencia se ve favorecida no sólo por el aumento de nuevos casos sino también por la recaída de pacientes que abandonaron su tratamiento. Según

el Instituto Nacional de Salud Mental de Estados Unidos, el riesgo de sufrir depresión es mayor para la mujer que para el hombre. El número de mujeres que la sufren en niveles considerados como graves es el doble que en los hombres. Esta proporción se repite en países con condiciones socioeconómicas y culturales muy diferentes.

### ...❖ ALERGIA

La incidencia de las alergias ha aumentado en las tres últimas décadas, de forma que, según las previsiones, el número de casos se habrá duplicado en los países industrializados en el año

## En veinte años, la depresión será la segunda enfermedad más frecuente del planeta y la mayor causa de incapacidad en países desarrollados

2020. Sólo en Estados Unidos se estima que el 17% de la población general padece alguna enfermedad alérgica, incluyendo un 5% que sufre de asma. En ese país, hay 800 muertes anuales por reacciones ante los antibióticos.

### ...❖ VÍAS RESPIRATORIAS

La OMS reconoce que por un exceso de confianza se han reducido los programas de lucha contra la tuberculosis en muchos países. El resultado ha sido un rebrote de la enfermedad que ya provoca tres millones de muertes al año. Un tercio de la incidencia actual se atribuye al virus VIH.

Estudios de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR) señalan que, si no se halla pronto un remedio eficaz contra la epidemia de sida, las enfermedades broncopulmonares experimentarán un aumento, sólo en España, de entre el 10 y el 18% hasta 2010.

### ...❖ FACTORES DE RIESGO

Definida como una de las plagas del nuevo siglo, la obesidad es uno de los principales factores de riesgo que pueden provocar enfermedades coronarias. En la actualidad, más del 53% de la población española tiene sobrepeso, un porcentaje que puede superar el 60% en los próximos años.

Los obesos tienen propensión a padecer enfermedades cardiovasculares, como infartos, anginas de pecho o accidentes cerebrovasculares. También sufren paradas respiratorias en la apnea del sueño y una sobrecarga en columna, caderas, rodillas y tobillos.

En cuanto al tabaquismo, la Organización Mundial de la Salud defiende la prohibición mundial de la publicidad y promoción del tabaco y un constante aumento de los impuestos sobre los cigarrillos. Apoya también el acceso a los productos de sustitución del tabaco como son los parches de nicotina.

La OMS estima que si continúa la incidencia actual, hasta el 2030 el tabaco causará la muerte de 10 millones de personas al año. Un 70% de estos fallecimientos se producirán en países en desarrollo. El número de fallecimientos supera el provocado por el paludismo, la tuberculosis y las principales enfermedades maternas e infantiles. De todos los cánceres, el de pulmón es la causa más importante de morbilidad.

### ...❖ SIDA

La ONU ha estimado que 278 millones de personas habrán muerto a causa del sida en el año 2050. Según un informe de la agencia de Proyecciones de Población Mundial, en los 53 países más afectados, las muertes por esta enfermedad de destrucción masiva alcanzarán los 46 millones en la primera década del siglo. ➡

## SALUD

Ya hay 42 millones de personas infectadas por el VIH, de los cuales casi 30 viven en África. Frente a los países desarrollados en los que se ha logrado convertir al sida en una enfermedad crónica, la epidemia se sigue extendiendo y diezmando la población de las naciones en desarrollo.

### ...✦ PALUDISMO Y MALARIA

El paludismo es todo un símbolo de ese conjunto de enfermedades que se creía que estaban en retroceso pero que van a convertirse en plagas del nuevo siglo. Su recrudecimiento se debe a varios factores combinados entre sí, como son las guerras que asuelan África, los cambios climáticos, los deficientes sistemas de salud y el aumento de la resistencia a los insecticidas y a los medicamentos antipalúdicos.

Según la OMS, cada año se registran de 300 a 500 millones de casos con el resultado de un millón de muertes, principalmente en la población infantil

## Mientras que para los occidentales el sida es una enfermedad crónica, para el Tercer Mundo es una epidemia que diezma a la población

del África negra. Una de cada cuatro defunciones en África está relacionada con el paludismo en asociación con infecciones respiratorias, malnutrición o enfermedades diarreicas.

En el caso de la malaria, 40 millones de personas resultan infectadas anualmente. Más de un millón mueren. La dolencia afecta especialmente a las zonas más pobres del planeta y un porcentaje mayoritario se produce entre niños africanos.

### ...✦ ENFERMEDADES DIGESTIVAS

Las enfermedades digestivas y especialmente la diarrea van a seguir siendo uno de los grandes enemigos de la salud en el siglo XXI. Se estima que puede aumentar la cifra de tres millones de personas que pierden la vida anualmente a causa de esta dolencia ligada habitualmente, en países en desarrollo, a problemas de malnutrición. Afecta sobre todo a población infantil. En la mayoría de los casos, tiene un origen infeccioso. La vía de contagio más frecuente del virus es por contacto de alimentos con heces infectadas, pero también se transmite por vía respiratoria. □

## “Los obesos tienen insuficiencia cardíaca con más facilidad”



### DOCTOR JUAN COSÍN

*Presidente de honor de la Sociedad Española de Cardiología y jefe de Investigación Cardiológica del Hospital La Fe de Valencia.*

#### ¿Cuáles son las enfermedades cardiológicas que van a incrementarse especialmente en este siglo?

La que seguramente se va a incrementar es lo que conocemos como insuficiencia cardíaca. El corazón no es capaz de bombear sangre en los niveles adecuados. Se trata de una dolencia propia de edades avanzadas. Las personas superan situaciones, por ejemplo, de infarto, pero corren el riesgo de desarrollar insuficiencia con carácter crónico. Esta es la gran amenaza, una dolencia de países desarrollados en los que existe una buena medicina pero los pacientes quedan con un corazón débil.

#### ¿Por qué la obesidad es un factor de riesgo para las enfermedades cardiológicas?

Los obesos tienen insuficiencia cardíaca con más facilidad. Es un problema en todo el mundo y en España, con especial incidencia en el sur y el este de la Península. La obesidad está también ligada a dolencias como la diabetes y la hipertensión.

#### ¿El tabaquismo va a seguir incrementándose?

En los hombres se está produciendo un claro descenso del consumo mientras que aumenta en las mujeres. A las mujeres se les ha hecho creer que eran más resistentes que los hombres, pero lo cierto es que van a tener enfermedades ligadas al tabaco con la misma incidencia que en el sexo masculino. Mujeres que comenzaron a fumar a los 18 años, cuando lleguen a los 50 sufrirán los mismos problemas que los hombres.

#### ¿Las enfermedades cardiológicas son propias de países ricos?

Lo que ocurre es que en los países en vía de desarrollo la esperanza de vida es más corta. Al limitarse la edad, no existe tanto peligro de padecer dolencias cardíacas. Los riesgos, además, son diferentes. Hay que destacar, sin embargo, que las tabaquerías están impulsando en los países pobres el consumo de tabaco ahora limitado en las naciones desarrolladas. En un futuro, al incrementarse el consumo y copiar los hábitos de vida occidentales, es previsible que se produzca un aumento de las dolencias cardíacas.