

Salud

Uno de cada tres niños y dos de cada cinco niñas nacidos en el año 2000 en Estados Unidos desarrollarán diabetes tipo 2 en algún momento de su vida, según estimaciones de un estudio. Los endocrinólogos advierten de que Europa tiende también a una situación en que un tercio de la población será diabética si no cambian los hábitos.

La diabetes acecha a un tercio de la población

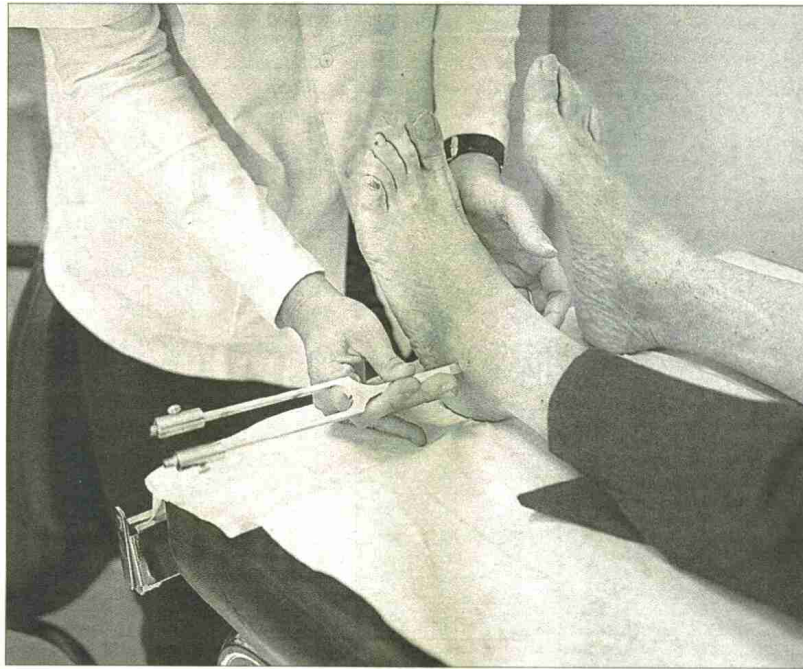
Un estudio alerta de que uno de cada tres niños nacidos en 2000 en EE UU sufrirá la dolencia

MARTA COSTA-PAU. Barcelona
Uno de cada tres niños y dos de cada cinco niñas nacidos el año 2000 en Estados Unidos serán diagnosticados de diabetes tipo 2 en algún momento de su vida, según estimaciones de un estudio publicado en el último número de la revista *The Journal of the American Medical Association* (JAMA). Esto significa que, si no se modifican los hábitos alimentarios y no se combate el sedentarismo con ejercicio físico regular, una buena parte de la población estadounidense verá notablemente reducida su esperanza de vida (11,6 años en los hombres y 14,3 años en las mujeres) y podrá sufrir graves problemas de salud que suponen un elevadísimo coste sanitario: enfermedad de las arterias coronarias, enfermedad vascular periférica, apoplejía, neuropatía diabética, amputaciones, insuficiencia renal y ceguera. La diabetes es una enfermedad hasta ahora incurable caracterizada por un fallo en el metabolismo de la glucosa. El aumento del azúcar en sangre termina dañando diversos órganos.

El estudio, el primero que analiza el riesgo que tienen los individuos de sufrir diabetes a lo largo de su vida, estima que entre los años 2000 y 2050 el número de personas diagnosticadas con diabetes tipo 2 aumentará el 165% en Estados Unidos. Las alarmantes proyecciones de futuro de la diabetes en Estados Unidos, donde la enfermedad ha adquirido ya proporciones epidémicas, marca la tendencia que seguirán el resto de países desarrollados, entre ellos España, si bien en ellos se parte de índices inferiores de prevalencia. El incremento de la obesidad, uno de los principales factores de riesgo de la diabetes tipo 2 o diabetes mellitus está generando gran preocupación entre los endocrinólogos españoles, especialmente porque ya se están viendo casos en la infancia y la adolescencia.

Un estudio elaborado por el Servicio de Pediatría del Hospital Vall d'Hebron de Barcelona, coordinado por el doctor Antonio Carrascosa, ha revelado que entre 100 niños con obesidad mórbida, 24 de ellos presentaban intolerancia a la glucosa (lo que los médicos consideran como una fase previa a la diabetes tipo 2), mientras que los médicos descubrieron que uno de los menores ya presentaba diabetes.

"El diagnóstico de diabetes tipo 2 era hasta ahora algo insólito entre niños, ya que se trata de una enfermedad adulta o senil, pues suele aparecer a partir de los 40 años", señala el doctor Carrascosa. Los resultados del estudio realizado en el Hospital Vall d'Hebron, que se publicarán próximamente, no difieren mucho de los observados en una investigación publicada el año pasado en la revista *The New England Journal of Medicine* realizada con niños y adolescentes obesos de Estados Unidos. Entre el 21 y el 25% de ellos presentaban



Un especialista controla la circulación periférica a un paciente diabético en Barcelona. / MANOLO S. URBANO

Un reto en los países en desarrollo

Calificada como una dolencia propia de las sociedades del bienestar, la diabetes tipo 2 está creciendo en los países en desarrollo a un ritmo incluso más acelerado que en el Primer Mundo. "En Estados Unidos, y en los países occidentales en general, la actual progresión de la enfermedad es fruto de un estilo de vida con muchos años de arraigo en la sociedad, pero en los países en desarrollo se ha sustituido muy

bruscamente una forma de vida más o menos saludable por unos hábitos que propician la obesidad y la enfermedad cardiovascular", señala el endocrinólogo del Hospital Sant Pau de Barcelona, Alberto De Leiva.

La Federación Internacional de Diabetes (FID) advierte de que algunos de estos países se ven actualmente "doblemente afectados", porque al reto que ya les representaba la lucha contra las

enfermedades transmisibles se les suma ahora una nueva dolencia que supone unos costes que sus debilitadas economías no pueden asumir. La FID apunta, asimismo, que en los países en desarrollo las tasas de prevalencia se están disparando en poblaciones relativamente jóvenes y que muchos de los pacientes acuden por primera vez al médico cuando ya han perdido la vista, cuando han sufrido un infarto o cuando ya no hay posibilidades de salvar

su pierna de la amputación.

Aunque en menor medida que en los países en desarrollo, éste es también un problema en el Primer Mundo, donde se calcula que por cada diabético diagnosticado, hay otro que no lo está, lo que obedece en gran medida a la evolución asintomática de la enfermedad.

Los niveles de glucosa en sangre aumentan hasta convertirse en tóxicos y van dañando los vasos sanguíneos. El 90% de los casos de diabetes son del tipo 2 y el 10% del tipo 1, que aparece cuando el páncreas no secreta insulina.

sociedad con un tercio de la población con diabetes, a menos que se tomen medidas drásticas para cambiar estilos de vida, algo que es muy improbable a corto plazo", advierte el doctor Alberto De Leiva, jefe del Servicio de Endocrinología del Hospital de Sant Pau de Barcelona y director de Investigación de este centro.

Varios estudios han demostrado que en el 90% de los casos, la diabetes tipo 2 o diabetes mellitus, se puede prevenir o puede retrasarse su aparición si se siguen unas pautas de vida saludable.

El diagnóstico de la dolencia en niños y adolescentes era insólito hasta ahora

bles (una alimentación pobre en grasas saturadas y baja en calorías y la práctica regular de ejercicio físico). "Algunos estudios han demostrado que la adquisición de estos hábitos es más eficaz para la prevención de la enfermedad que los tratamientos farmacológicos", destaca el doctor De Leiva.

El equipo que ha realizado el estudio en Estados Unidos concluye, en este sentido, que sin una "acción coordinada" de médicos y administraciones para modificar el estilo de vida de la población no se podrá poner freno al preocupante avance de la epidemia. En el mismo sentido se expresa el endocrinólogo del Hospital Vall d'Hebron de Barcelona, Jordi Mesa, quien lamenta la "dificultad de modificar unos hábitos que están empeorando en nuestra sociedad". "Nuestra dieta mediterránea, a la que se atribuyen propiedades protectoras contra la enfermedad coronaria y la diabetes, está siendo sustituida por la comida rápida y productos de bollería, lo que incrementa la obesidad", señala Mesa. En España, destaca el endocrinólogo, los adolescentes han incrementado su peso una media de entre seis y siete kilos en los últimos 20 años.

Para los endocrinólogos, la lucha contra la diabetes ha de tener un destacado componente preventivo. Las campañas educativas sobre los hábitos saludables tendrán mayor éxito, según los expertos, si se empieza desde la infancia. "Hay que romper con esta tendencia de los padres a sobrealimentar a sus hijos", advierte el doctor De Leiva, quien aboga también por la enseñanza en las escuelas de una materia relacionada con la nutrición y los hábitos saludables. "Cambiar el estilo de vida requerirá un gran esfuerzo", agrega, "que no puede proceder sólo de los médicos, sino también de las administraciones, la familia y la escuela".

En el mundo se estima que unos 195 millones de personas son diabéticas, cifra que, según los expertos, en el año 2025 se habrá multiplicado por dos.

intolerancia a la glucosa y el 4% ya tenían diabetes.

Estos dos estudios, según el doctor Carrascosa, demuestran que la diabetes tipo 2 comienza ya a gestarse en los niños y adolescentes obesos, lo que revela la necesidad de evitar el sobrepeso en este primer grupo y de tratar el problema ya en las edades más tempranas.

La creciente incidencia de la diabetes tipo 2 en niños y adolescentes es considerada como "un problema muy importante que requiere mayor atención" por la Federación Internacional de Diabetes (FID), organización que lamenta los escasos datos de los que se dispone en la actualidad sobre la prevalencia de esta enfer-

medad en edades preadultas.

Si el exceso de peso va muy a menudo unido a la diabetes tipo 2, la obesidad severa eleva aún más el riesgo de sufrir la enfermedad y sus trastornos asociados.

De cada 100 niños con obesidad mórbida, 24 presentan intolerancia a la glucosa

En Estados Unidos, la obesidad severa está creciendo a un ritmo más acelerado que la obesidad. Según un estudio publicado en *The Archives of Internal Medicine*

ne, el índice de personas adultas con obesidad severa se ha multiplicado por cuatro entre 1986 y 2000, de manera que uno de cada 50 adultos presenta este problema de salud. La obesidad, en cambio, se ha doblado durante el mismo periodo (de uno de cada diez adultos obesos se ha pasado a uno de cada cinco).

Los endocrinólogos españoles admiten que en España, con una prevalencia del 5% de diabetes tipo 2 en el año 2000, el punto de partida es menos preocupante que el de Estados Unidos, donde la prevalencia se situaba en el 7% en el mismo año. Sin embargo, los especialistas no son optimistas ante el futuro que se intuye. "Nos encaminamos hacia una