

Las arterias de un niño obeso son iguales a las de un fumador adulto

(efe | san Sebastián)

Un niño de diez años con sobrepeso u obesidad tiene las paredes de las arterias grandes casi idénticas a las de un fumador de 40 años. Así lo aseguró ayer el profesor de la Facultad de Farmacia de la Universidad del País Vasco Pedro Manuel Ramos, quien alertó de que el 15% de los niños españoles sufren sobrepeso u obesidad. Ramos calificó de gravísima la situación, e instó a las instituciones a adoptar medidas urgentes y rigurosas.

Ramos participó en San Sebastián en el curso de verano de la Universidad del País Vasco **La alimentación como fuente de salud**, y destacó que «casi el 100% de la población del mundo desarrollado aporta a su organismo una mayor cantidad de calorías de las que necesita». «Nuestro mayor enemigo hoy en día es la comida», dijo Ramos, quien recordó que «un alto índice de mortalidad en las sociedades industrializadas se relaciona directamente con los problemas cardiovasculares, el cáncer, y la diabetes, y todas esas enfermedades tienen como denominador común una mala alimentación».

Según explicó, el problema es que los habitantes de los países desarrollados gastan menos energía de la que consumen por el marcado predominio del sedentarismo. La obesidad afecta al 20% de los niños europeos y al 30% de los de Estados Unidos. Entre los adultos la situación aún es peor, ya que el 40% padece sobrepeso y el 15%, obesidad.

Las tres cés

«Cada vez son más los niños con diabetes de tipo dos que se ven abocados a esta enfermedad de por vida», dijo Ramos, quien recomendó a los padres que eviten las tres cés: chocolate, colas y **chips** -fritos-.