

# LA VOZ DE LOS EXPERTOS

Prof. Pierre Lefèbvre\* y Prof. Martin Silink\*\*

\*Presidente de la FID (Federación Internacional de Diabetes).

\*\*Presidente Electo de la FID.

**El mensaje que estamos transmitiendo con nuestra campaña es sencillo: algunos cambios del estilo de vida, como seguir una dieta sana y ser físicamente activo, resultan eficaces a la hora de retrasar y, en muchos casos, prevenir la aparición de la diabetes tipo 2 y reducir el riesgo de desarrollar sus complicaciones.**

## Combate la obesidad, prevén la diabetes

En años recientes, el Día Mundial de la Diabetes se ha centrado en las complicaciones diabéticas, como las enfermedades cardiovasculares, las enfermedades oculares y la enfermedad renal. Este año, nos estamos concentrando en uno de los principales factores de riesgo de la diabetes tipo 2: la obesidad. El eslogan de nuestra campaña es "Combate la obesidad, prevén la diabetes".

La obesidad y la diabetes tipo 2 son, en la actualidad, una amenaza para la salud, el bienestar y la prosperidad económica de prácticamente todos los países del mundo. Según el International Obesity Task Force (IOTF), hasta 1.700 millones de personas ya se hallan bajo un alto riesgo de desarrollar enfermedades no contagiosas relacionadas con el exceso de peso, como la diabetes y las enfermedades cardíacas. El sobrepeso y la obesidad afectan cada vez más a niños y adolescentes, lo que causa que aumente el diagnóstico de diabetes tipo 2 en niños, una enfermedad que, hasta hace bien poco, se asociaba normalmente con adultos y ancianos.

El exceso de peso y la obesidad son los principales factores de riesgo modificables de la diabetes tipo 2. El mensaje que estamos transmitiendo con nuestra campaña es sencillo: algunos cambios del estilo de vida, como seguir una dieta sana y ser activo físicamente, resultan eficaces para retrasar y, en muchos casos, prevenir la aparición de la diabetes tipo 2, así como para reducir el riesgo de desarrollar las complicaciones de las personas con diabetes. Se calcula que al menos la mitad de todos los casos de diabetes podría prevenirse si se evitase el aumento de peso en adultos.

Las acciones individuales, sin embargo, no son suficientes para detener

la epidemia actual. Es necesario que los profesionales sanitarios, los políticos y el sector privado realicen un esfuerzo concertado con el fin de reducir el grado general de riesgo de la población mundial. Esto se puede conseguir mediante la promoción e implementación de políticas medioambientales (en áreas como la sanidad, el transporte, la agricultura y las finanzas) que estimulen una vida sana desde una edad temprana. Habría que hacer entender, a quienes ostentan el poder de la toma de decisiones, las enormes consecuencias sociales y económicas que las crecientes epidemias de diabetes y obesidad tienen en el individuo y la sociedad.

El Día Mundial de la Diabetes es la principal campaña mundial de concienciación sobre la diabetes y, por tanto, la ocasión ideal para informar al público en general, a los profesionales sanitarios, a los políticos y a los medios de comunicación sobre el fuerte vínculo existente entre el exceso de peso, la obesidad y la diabetes. El Día Mundial de la Diabetes también es un medio valioso para que las personas con diabetes puedan mejorar su conocimiento de la afección de modo que sean capaces de vivir una vida plena y sana.

En definitiva, el Día Mundial de la Diabetes reúne a todas nuestras asociaciones, a la Organización Mundial de la Salud y a sus oficinas regionales, a organizaciones implicadas en la diabetes y en áreas relacionadas con ésta, a socios de la industria, a profesionales sanitarios y a ciudadanos con un interés especial por esta enfermedad. Una vez más, unamos nuestras fuerzas el día 14 de noviembre para hacer visible la diabetes y mejorar la vida de todos los que están, directa o indirectamente, afectados por esta enfermedad. ■

