

## **La obesidad y el sedentarismo son los principales factores que condicionan la aparición de la resistencia a la insulina**

**Los especialistas participantes en el Congreso de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición coinciden en afirmar que con los datos actuales sobre síndrome metabólico los niños de hoy vivirán menos y con peor calidad de vida que sus abuelos.**

Redacción, Madrid.- Hasta el 25 por ciento de la población general y el 50 por ciento de los niños y adultos obesos pueden presentar un síndrome metabólico, en el que el eje común es la resistencia a la insulina y la coincidencia de tres o más factores de riesgo cardiovascular. Los datos se han puesto encima de la mesa durante el 47º Congreso de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) que se ha celebrado estos días en Madrid.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) –señalaron los especialistas- ya lo ha advertido: los niños y los adolescentes de hoy tendrán una expectativa y calidad de vida peores que sus padres y abuelos. “La obesidad y el sedentarismo”, como explicó el doctor Basilio Moreno, presidente de la SEEN, “son los principales responsables de esta alarma emitida desde la OMS”.

Ambos factores condicionan la aparición de la resistencia a la insulina, el denominador común del llamado síndrome metabólico, es decir, la presencia de tres o más factores de riesgo cardiovascular en un mismo individuo. “Pero si éste era ya un hecho conocido en los adultos”, avisó Moreno, “lo preocupante es que los datos de que disponemos indican que en los niños y adolescentes se pueden reproducir las mismas cifras de incidencia que en sus mayores, que se estima puede alcanzar hasta el 25 por ciento de las personas sanas y el 50 por ciento de las personas obesas”.

### **Estudios de obesidad**

Si en Estados Unidos se sabe que el síndrome metabólico afecta al 23,8 por ciento de la población, en España no se dispone de estudios epidemiológicos que puedan determinar su incidencia. En la actualidad la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO) tiene en marcha un estudio dirigido a conocer estos datos. “De cualquier modo”, dijo la doctora Susana Monereo, presidenta del Comité Organizador del Congreso, “podría decirse que el síndrome metabólico es el efecto final de las enfermedades metabólicas asociadas a un incremento del riesgo cardiovascular”.

Hoy se sabe con certeza que el síndrome metabólico ocurre de manera frecuente en niños y adolescentes. Es una precipitación de acontecimientos en la vida de un sujeto antes de que llegue a la edad adulta. De hecho, cuando se estudia a los niños obesos se llega a identificar otros factores de riesgo cardiovascular, al menos en un 25 por ciento de ellos.

“Estamos asistiendo”, afirmó el doctor Moreno, “a un aumento en los niños de la obesidad asociada a hipertensión e hiperlipemia y se está incrementando el número de niños con diabetes y fundamentalmente con diabetes mellitus tipo 2, que es la llamada diabetes del adulto”. Así, según explicó la especialista, el aumento de la obesidad en los países desarrollados está induciendo un aumento del síndrome metabólico, de manera especial en los niños y adolescentes. Y se ha llegado a esta situación fundamentalmente por dos razones: el sedentarismo y la presencia en la alimentación de muchos alimentos hipercalóricos.

En los últimos diez años la obesidad infantil se ha duplicado en España, alcanzando una prevalencia del 13,9 por ciento y advirtiéndose además un significativo aumento de otros factores de riesgo cardiovascular asociados, en especial diabetes mellitus tipo 2 y dislipemia. “Hay que tener también en cuenta que el 30 por ciento de los niños obesos lo serán también en la edad adulta”, apuntó la doctora. Esta obesidad será, además, más grave y comportará más riesgos para la salud que si hubiese adquirido en edades posteriores, afirmó.