

EPIDEMIAS DEL SIGLO XXI

LA OBESIDAD, LA PATOLOGÍA CARDIOVASCULAR Y LOS TRASTORNOS MENTALES VAN EN AUMENTO EN LO QUE A PREVALENCIA SE REFIERE

Nuevos estilos de vida, nuevas enfermedades

→ Sin duda, la prevención de la obesidad es el reto nutricional de los países desarrollados en el siglo XXI. Junto con las enfermedades cardiovasculares y los trastornos mentales -ansiedad y depresión fundamentalmente-

son consecuencia directa del cambio en los estilos de vida. Por su parte, enfermedades como el sida y el cáncer están en vías de control, llegando a considerarse enfermedades crónicas.

■ Jorge Sánchez Franco

Algunas enfermedades que sembraron el pánico durante el siglo XX han sido erradicadas por completo en los países desarrollados -la po-

liomielitis, por ejemplo-, mientras que otras están en vías de control -el cáncer y el sida-. Al mismo tiempo, y como consecuencia de los estilos de vida fundamen-

mente, el siglo XXI se enfrenta a nuevas epidemias: la obesidad, las enfermedades cardiovasculares y los trastornos mentales son las más destacadas.

Además de una característica de las sociedades desarrolladas, el sedentarismo es un factor de riesgo de la obesidad, cuya prevalencia va preocupantemente en

aumento. A este respecto, España es el segundo país más sedentario de Europa, por detrás únicamente de Portugal. De hecho, el 38 por ciento de los jóvenes se

declara sedentario en nuestro país. No obstante, se estima que estamos a siete años de la situación de Estados Unidos.

(Pasa a la pág. 23)

JUNTO A LA OBESIDAD, LA HIPERTENSIÓN, EL COLESTEROL Y LA DIABETES SIGUEN AUMENTANDO

Las patologías cardiovasculares, primera causa de muerte en los países desarrollados

■ J.S.F.

En la última década ha aumentado en España la incidencia de la hipertensión arterial -del 11,2 por ciento en 1993 al 14,5 en 2003-, del colesterol -del 8,2 al 10,5- y de la diabetes -del 4,1 al 5,9-. Éstas son las principales enfermedades crónicas causantes de patologías cardiovasculares, primera causa de mortalidad en los países desarrollados. Dentro de la patología cardiovascular, las enfermedades isquémicas del corazón se mantienen como primera causa de muerte en nuestro país, seguidas de las cerebrovasculares, la insuficiencia cardíaca y las patologías crónicas de las vías respiratorias inferiores.

En este sentido, el Consejo de Ministros autorizó, a



La hipertensión, el colesterol y la diabetes, en aumento.

propuesta de la ministra de Sanidad y Consumo, Elena Salgado, la aportación de 450.424,6 euros a diversos organismos internacionales durante este año (ver DM del 4-V-2005), con el objetivo de desarrollar programas sanitarios. De esta cantidad,

Sanidad destinó 76.693 euros a la Organización Mundial de la Salud para el desarrollo de un programa sobre indicadores para la prevención de la obesidad -factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares-, dentro de la Estrategia Mundial

sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud, aprobada por la Asamblea Mundial de la Salud el pasado mes de mayo con el objetivo de promover hábitos saludables de vida y prevenir factores de riesgo de diversas enfermedades, como las cardiovasculares.

Una iniciativa paralela a la europea es la Estrategia Nacional para la Nutrición, la Actividad Física y Prevención de la Obesidad (NAOS), que establece acciones pactadas con la industria alimentaria -que reducirá, por ejemplo, el porcentaje de sal del 2,2 por ciento al 1,8 en cuatro años- y acciones en el ámbito de la educación, como la introducción de conocimientos sobre nutrición en el currículo escolar.



430.000 españoles sufren trastornos mentales graves.

SEGÚN LA OMS, LAS CIFRAS VAN EN AUMENTO

En torno al 50% de las depresiones mundiales no recibe tratamiento

■ J.S.F.

Cerca de 58.000 personas se quitan la vida cada año en la Unión Europea (UE), casi 7.000 más de las que fallecen por accidentes de tráfico, lo que convierte al suicidio en una importante causa de muerte en el continente.

Los problemas psíquicos -que en la UE afectan a una de cada cuatro personas en algún momento de su vida, y que en un 56 por ciento de los casos conducen a un intento de suicidio- se abordaron en una conferencia ministerial sobre salud mental organizada por la oficina regional de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en Helsinki (ver DM del 18-I-2005).

Según la OMS, la mitad de los afectados por una depresión no recibe tratamiento y en muchos países existen pocos servicios y especialistas para los casos que afectan a los más jóvenes. Además, cerca de un 9 por ciento de las personas de entre 12 y 17 años padece de depresión y un

4 por ciento de esos casos conducen al suicidio. A esto hay que añadir que la depresión y la ansiedad son dos problemas de salud inherentes a la inmigración, cada vez mayor.

Sanidad estima que en torno al 15 por ciento de la población española podría padecer algún tipo de patología mental a lo largo de su vida, aunque en la mayoría se trata de dolencias leves y transitorias. Las graves y crónicas afectan a 430.000 personas, de las que la mitad sufre un trastorno grave asociado a un grado de minusvalía que supone una dependencia permanente.

Actualmente el Ministerio de Sanidad y Consumo está trabajando en la elaboración de un primer documento técnico que servirá como base a la futura Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud, en sintonía con la Declaración Europea de Salud Mental, aprobada en la conferencia de Helsinki, y a la que se adhirió nuestro país.

LOS ÍNDICES HAN AUMENTADO ENTRE EL 10 Y EL 50% EN LOS PAÍSES DE EUROPA

La prevención de la obesidad, reto nutricional de los países desarrollados en el siglo XXI

■ J.S.F.

Ya lo dijo María Neira, presidenta de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria: "La prevención de la obesidad es uno de los retos nutricionales de los países desarrollados en el siglo XXI". Tal afirmación responde, entre otras razones, a que cerca de 205 millones de europeos tienen exceso de peso. Además, los índices de obesidad en los países de Europa han aumentado entre el 10 y el 50 por ciento en los últimos años.

Según la Encuesta Nacional de Salud 2003, la obesidad también ha aumentado entre la población adulta española: si en 1987 sólo un 7,4 por ciento de la población mayor de 18 años padecía esta enfermedad, en

2003 alcanzaba el 13,6. Una de las razones de este incremento podría ser que el 54,5 por ciento de los españoles no realiza ninguna actividad física en su tiempo libre. El cambio de hábitos alimenticios y el abandono de la lactancia materna son otras causas de la situación actual.

No obstante, si preocupante es el peso de nuestros adultos, más lo es el de la población infantil española -de 2 a 17 años- por su mayor vulnerabilidad. El 18,2 por ciento padecía sobrepeso en 2003, mientras que

la obesidad alcanzaba al 8,5 por ciento. Una explicación para estas cifras podría estar en que el 6,2 por ciento de esta población tiene el mal hábito de no desayunar, y el 19,3 ingiere sólo líquido en el desayuno.



EPIDEMIAS DEL SIGLO XXI

LA RATIFICACIÓN DEL CONVENIO DE LA OMS Y LA LEY ANTITABACO, BAZAS DE ESPAÑA

El endurecimiento de las medidas contra el tabaco permitirá el control de la epidemia

(Viene de la pág. 22)

Expertos coinciden en que la obesidad, como factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares, debe abordarse desde un punto de vista multifactorial y con la implicación de todos los agentes implicados en la cadena alimentaria, donde la atención primaria debe jugar un papel decisivo, al igual que en muchas otras patologías, como la salud mental.

Precisamente los trastornos mentales explican la tercera parte de la discapacidad en todo el mundo y en 2020 serán la segunda causa de morbilidad a causa del aumento de las demencias. Esto explica que el año pasado la Oficina Europea de la Organización Mundial de la Salud (OMS) decidió priorizar su abordaje en materia de salud pública, poniendo en marcha un plan de prevención del suicidio. Según los datos de la OMS, un millón de personas en todo el mundo decide acabar con su vida cada año, y entre 10 y 20 millones lo intentan.

Según los últimos datos de la Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida, entre 2003 y 2004 los pacientes diagnosticados descendieron en todas las categorías de transmisión. En usuarios de drogas por vía parenteral se redujeron un 13,6 por ciento, siendo el grupo más numeroso y el que mayores descensos ha registrado en los últimos años. Dentro de esta categoría existe una mayor proporción de hombres.

En cuanto a las nuevas enfermedades infecciosas, quizás la reciente aprobación del nuevo Reglamento Sanitario Internacional (ver DM del 24-V-2005) suponga una garantía para el futuro. La novedad más polémica es que se incluye una mención a las alertas ante "liberación intencionada de agentes causantes de enfermedad". La redacción de este punto fue uno de los motivos de que la votación del texto se aplazase sucesivamente.

■ J.S.F.

Estudios realizados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) muestran que la tasa de fumadores con edades comprendidas entre 13 y 15 años es de cerca del 20 por ciento, y las autoridades sanitarias temen que las enfermedades aumenten a medida que crece la población mundial. Esta es una de las razones que han hecho que la tendencia internacional sea la de endurecer la lucha contra este hábito, por lo que la epidemia está en vías de control.

En España el tabaco provoca la muerte de más de 50.000 personas al año, lo que representa el 16 por ciento de todas las muertes entre mayores de 35 años: más que el sida, el alcohol,

las drogas ilegales y los accidentes de tráfico juntos. Obviamente, el Ministerio de Sanidad y Consumo también ha declarado una guerra total al tabaco, que fructificó con la ratificación del Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco (ver DM del 31-I-



2005) y con la puesta en marcha de la tramitación de la Ley de Prevención del Tabaquismo. Este documento establece limitaciones a la venta y suministro de los productos derivados del tabaco, a su consumo y a la publicidad, promoción y patrocinio del tabaco. También tipifica las infracciones a esta normativa y las sanciones correspondientes (ver DM del 15-XII-2004).

El objetivo del convenio, que entró en vigor el 27 de febrero, es "proteger a las generaciones presentes y futuras contra las devastadoras consecuencias sanitarias, sociales, ambientales y económicas del consumo de tabaco y de la exposición a su humo, proporcionando un marco para las medidas

de control que habrán de aplicar las partes". Lo que se busca, en definitiva, es reducir de manera "continua y sustancial" la prevalencia del consumo de tabaco y la exposición a su humo.

En cuanto a la Ley de Prevención del Tabaquismo, entrará en vigor el 1 de enero de 2006, excepto los aspectos relativos a publicidad y patrocinio, que comenzarán a aplicarse el mismo día de su publicación en el Boletín Oficial del Estado. Se establecen tres tipos de infracciones: leves (con multas de hasta los 600 euros), graves (de 601 a 10.000 euros) y muy graves (de 10.001 a 600.000 euros). La inspección y sanción de las infracciones corresponderá a las autonomías.

Menos casos notificados



Se estima que en España se diagnosticaron el pasado año 2.034 nuevos casos de sida, un 10,7 por ciento menos que en 2003, siendo un 22,8 por ciento de ellos en mujeres. Junto a los 4,8 millones de euros destinados este año a los planes autonómicos de prevención, la epidemia podría estar en vías de control en nuestro país, como en el resto de países desarrollados.

REDES DE VIGILANCIA MUNDIAL, VACUNAS Y ANTIVIRALES, MEDIDAS CLAVE PARA FRENARLAS

Las nuevas enfermedades infecciosas llegarán propiciadas por el salto entre especies animales

■ S. Moreno

La aparición del virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y, más recientemente, del causante del síndrome respiratorio agudo severo (SRAS) y el de la gripe aviar, ha planteado un problema que se intuye nos acompañará en los próximos años: el de las nuevas enfermedades infecciosas.

La posibilidad de que aparezcan epidemias de virus emergentes está prácticamente garantizada, tal como reconocía en una entrevista concedida a DIARIO MÉDICO Edward Holmes, experto en Biología Evolutiva. "Y de estos virus, algunos serán inocuos y otros, desastrosos para la humanidad" (ver DM del 30-XII-2004).

Entre los últimos ejemplos de epidemias (sida,

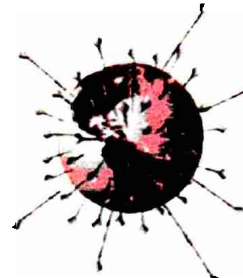
Ébola, SRAS, encefalitis del West Nile y gripe aviar) se encuentra el elemento común de la procedencia de un salto entre especies animales.

Los expertos destacan que esta interacción ancestral por la que aparecen nuevos virus de reservorios animales se está produciendo ahora con más frecuencia de lo habitual. Las razones se encuentran en un cambio de estilo de vida (aglomeraciones urbanas, colonización de zonas silvestres y superproducción de alimentos) y en el cambio climático.

Tal como se subrayó en el último Congreso Europeo de Virología, celebrado el pasado septiembre en Madrid, existen tres medidas para detener la expansión de los virus emergentes: va-

cunas, antivirales y vigilancia mundial. Sobre esta última, el tratamiento que se dio del SRAS constituye un paradigma a seguir. Gracias a la colaboración entre diferentes laboratorios de todo el mundo se pudo controlar la epidemia. Estar atentos y preparados a través de redes de vigilancia adecuadas es la única fórmula para evitar una posible gripe española.

Sin embargo, las enfermedades infecciosas que preocuparán en un futuro no tendrán sólo caras nuevas. Viejos conocidos, como el virus de la hepatitis C también serán protagonistas. "A pesar de que la incidencia se ha reducido en los últimos años, las complicaciones de esta infec-



ción crónica aparecen entre los 20 y 30 años desde que se adquiere. La prevalencia es de un 2 por ciento en nuestro país, lo que implica un impacto muy significativo en términos de salud pública en las próximas décadas, aunque los avances terapéuticos conseguirán amortiguarlo", asegura el hepatólogo Javier García Samaniego.