

## GRAN ANGULAR

*José Luis de la Serna*

### La paradoja de la abundancia

**PANDEMIA.** La paradoja del mundo de nuestro tiempo es que la enfermedad que ya está diezmando a buena parte de la Humanidad, y que será la pandemia más clara del planeta dentro de algunos años, está directamente relacionada con la mejora de las condiciones de vida de muchos países pobres, sin que a su vez se eleve la cultura sanitaria de toda la población. A medida que muchas capas sociales de los países en vías de desarrollo dejan de estar en la pobreza extrema, el exceso de calorías ingeridas, la mala calidad de los nutrientes y la falta de ejercicio físico que la pereza impone, están disparando los índices de sobrepeso, obesidad, diabetes y aterosclerosis en muchas partes del mundo que cuentan con poblaciones de muchos millones de habitantes. No hay semana en la que alguna institución sanitaria de prestigio probado no anuncie una catástrofe en las próximas décadas si no se pone remedio al ascenso rampante de la patología vascular.



**SOLUCIONES.** Frenar esta tendencia no va ser tarea fácil. Se da también la paradoja de familias en las que los más pequeños se encuentran al borde de la desnutrición mientras los adultos tienen un peso excesivo. Existen poblaciones que han estado protegidas de problemas vasculares por su alimentación clásica y su estilo de vida que, en cuanto han adquirido las costumbres occidentales, han entrado en la espiral del sobrepeso, la diabetes y la aterosclerosis a una velocidad vertiginosa. Para parar en el futuro un drama que tendrá las mismas consecuencias para la salud de las personas que el tabaquismo extremo hay que movilizar muchos recursos. Habrá que legislar para que los alimentos sean más saludables y para que la proporción de grasas peligrosas de los productos industriales se reduzca al mínimo. No obstante, lo crucial será la educación y la promoción de una alimentación sana y del ejercicio físico. La tarea es de todos. El Estado, la escuela y las empresas tienen que comprender que la salud es siempre lo primero.