

La obesidad es ya una pandemia que afecta a toda la población mundial

EMILI J. BLASCO. CORRESPONSAL

LONDRES. El sobrepeso y la obesidad se están convirtiendo en condición común de los habitantes del planeta. Entre la mitad y los dos tercios de la población de la mayor parte de los cinco continentes tiene un peso elevado, lo que indica que el problema ha devenido en una «epidemia» global.

Esas son las conclusiones de un amplio estudio realizado sobre 168.000 personas de 63 países de los cinco continentes, de acuerdo con mediciones realizadas el año pasado por los respectivos médicos de cabecera. El estudio no incluye a Estados Unidos, el país con mayor problema de obesidad, e indica que la generalización del sobrepeso de momento no ha afectado al sur y al este del continente asiático.

El trabajo, publicado en la revista «Circulation» y coordinado por Beverley Balkau, director de investigación en el instituto nacional francés Inserm, ha sido acogido con preocupación por los expertos, debido a que esto conlleva un mayor riesgo de algunas enfermedades que van ligadas al exceso de peso, entre ellas dolencias cardíacas, diabetes tipo dos y ciertos tipos de cáncer.

Los datos analizados partieron de dos mediciones, una relativa a la circunferencia de la muñeca y otra al llamado índice de masa corporal o IMC. Un IMC (peso en kilos dividido por el cuadrado de la altura medido en metros) de entre 18,5 y 25 es lo que se considera saludable. Por encima del índice 25 se trata de sobrepeso y más allá de los 30 se entra en la consideración de obesidad.

Norte y Sur

Frente a sólo el 7 por ciento de personas que el estudio registró como obesas en la zona del sudeste asiático, en el caso de Canadá la cifra ascendió al 36 por ciento. La mayor presencia de obesidad fue observada en el caso de las mujeres de los países de Oriente Próximo (38 por ciento) y de Suráfrica (40 por ciento).

Por lo que afecta al sobrepeso, la lista la encabezaron nuevamente Canadá, con una media de un índice de masa corporal de 29 tanto entre las mujeres como entre los hombres, y Sudáfrica, donde las mujeres registraron ese mismo índice de media. El índice 28 fue el más común entre las personas sometidas a medición por sus médicos en los países del sur de Europa, entre ellos España, y también entre los hombres de Australia (en este país la media de las mujeres fue de 27,5). Ligeramente por debajo de esa cifra se situó la población de Iberoamérica. Por lo que afecta al norte de Europa, el IMC para los hombres fue de 27 y de 26 para las mujeres.

El tamaño de la muñeca también puso de manifiesto la considerable extensión del sobrepeso entre la población mundial: el 56 por ciento de los hombres y el 71 por ciento de las mujeres superaron la medida que se consideraba saludable para su edad y altura.

Ello viene a indicar que el exceso de peso no es un problema endémico únicamente de Estados Unidos y de algunos otros países desarrollados, sino que afecta a casi todos los continentes. En el caso de Estados Unidos, estudios previos han indicado

que dos tercios de sus habitantes padecen de sobrepeso y un tercio son obesos. Una de las enfermedades vinculadas en parte a la obesidad, la diabetes tipo dos, afecta en Estados Unidos al 33 por ciento de los hombres y al 38 por ciento de las mujeres.

Enfermedades cardíacas

Aunque el riesgo de enfermedades cardíacas aumenta también con el exceso de peso, el estudio ahora publicado indica que en el caso de Canadá, con gran número de obesos, una alta frecuencia de ataques de corazón afecta sólo al 8 por ciento de las mujeres y al 16 por ciento de los hombres. La frecuencia de padecer diabetes varía según las regiones, pero en líneas generales el 13 por ciento de los hombres y el 11 por ciento de las mujeres la sufren.

La extensión del problema es visto con preocupación entre las autoridades sanitarias de los distintos países. Para la Fundación Británica del Corazón, por ejemplo, «es una trágica ironía que mientras una parte del mundo se muere de hambre, muchos países desarrollados sean presas de una crisis de obesidad».

Ellen Mason, responsable de esta entidad, declaró a la BBC que «al tiempo que es vital no estigmatizar a quienes en nuestra sociedad presentan sobrepeso, es importante que todos conozcamos los riesgos de salud que conlleva la obesidad».

A su juicio, «el preocupante incremento de la diabetes en países como el Reino Unido está claramente vinculado con el aumento de los niveles de obesidad y el descenso vertiginoso de la práctica de actividades físicas. Ser obeso o diabético o, en el peor de los casos, ambas cosas, incrementa el riesgo de tener una enfermedad cardiovascular».