



En la región hay más de 280.000 ciudadanos que padecen diabetes

La cifra de enfermos representa el 8,1% de la población. El sedentarismo, el tabaco y la mala alimentación son algunos factores de riesgo

PEDRO BLASCO

MADRID.- El 8,1% de la población madrileña, unas 280.000 personas, padece diabetes, aunque muchos de ellos lo ignoran, según un estudio realizado por la Dirección General de Salud Pública y Alimentación de la Consejería de Sanidad.

Este trabajo, que tiene como nombre *Estudio de Prevalencia de Diabetes Mellitus y Factores de Riesgo Cardiovascular en la población adulta*, tenía como objetivo descubrir la prevalencia de la diabetes mellitus en los adultos y es el primero que se realiza en España de estas características.

El trabajo se realizó entre febrero y julio de este año en un total de 60 centros de salud de la región. Se hizo un reconocimiento médico y una entrevista sobre los factores de riesgo (tabaco, sedentarismo o alimentación) a 2.268 madrileños de entre los 39 y los 74 años elegidos al azar. Un 14,5% de los entrevistados eran extranjeros. En total el 8,1% de los encuestados entre 30 y 65 años padece diabetes, siendo mayor el dato en la población masculina: un 10,2%, frente a al 6,2% de las mujeres.

Esta enfermedad tiene como principal factor de riesgo la obesidad, la inactividad física, la dieta inadecuada y también los antecedentes familiares. El ritmo de vida que llevan los madrileños hace que un 8% de la población sea propen-

sa a padecer la enfermedad. Es decir, unos 260.000 ciudadanos de los que viven en la región tienen alto riesgo de padecer diabetes. La obesidad, por ejemplo, según fuentes de la Dirección General de Salud, afecta a un 22% de la población, lo que supone 763.000 personas. El 19% presenta sobrepeso.

Hipertensión

El informe señala que el 15,6% de las personas obesas que fueron analizadas tiene problemas de salud relacionados con la diabetes. La hipertensión y el colesterol alto son características que están más presentes en los diabéticos.

Los técnicos sanitarios señalan que algunos factores como el envejecimiento de la población o la modificación de los estilos de vida favorecen el aumento gradual de esta enfermedad endocrina, que afecta a unos 180 millones de personas en todo el mundo y es la responsable del 10% de las muertes de la población entre los 35 y 64 años.

Francisco Marqués, subdirector general de Epidemiología, explicó a este periódico que, además de una alimentación adecuada, es necesario tener una actividad física moderada, «que no es dar un paseo». Es preciso, según este representante de Sanidad, hacer ejercicio unos 30 minutos tres veces por semana y controlar el peso para evitar la obesidad.