

Pediatras advierten que adolescentes y niños sufren síndrome metabólico debido a una mala alimentación

Las cifras de sobrepeso y obesidad infantil van en aumento, según la AEP

Redacción, Madrid (28-4-08).- Los expertos aseguran que los malos hábitos que provocan un exceso de kilos en la infancia aumentan el riesgo de sufrir trastornos cardiovasculares, hipertensión, diabetes y algunos tipos de cáncer en la edad adulta. Las evidencias científicas han demostrado que la obesidad incrementa la posibilidad de que un individuo sea hipertenso, diabético o sufra dislipemia, todos ellos factores de riesgo cuya agregación incrementa de forma exponencial la posibilidad de sufrir un accidente cardiovascular y su gravedad cuando este acontece.

“La obesidad es una enfermedad crónica que ha aumentado de manera exponencial en las dos últimas décadas y que supera en frecuencia a todas las otras patologías crónicas del niño y del adolescente- tal como ha asegurado el profesor Alfonso Delgado, presidente de la Asociación Española de Pediatría-. A pesar de que las autoridades y las Sociedades Científicas están realizando muchas campañas promoviendo la alimentación sana, las cifras de sobrepeso y obesidad infantil están en aumento –el 25 por ciento en varones y el 19 por ciento en mujeres-”.

En este sentido, como señala la doctora Lucrecia Suárez, del Comité de Nutrición de la AEP y coordinadora del Manual con la doctora Teresa Muñoz, “ya hay adolescentes o incluso niños que debido a una mala alimentación sufren el denominado síndrome metabólico, que es un compendio de síntomas y signos que incluyen obesidad, descompensaciones pancreáticas –antesala de la diabetes-, hipertensión y dislipemias”.

Con este riesgo y ante la constatación de que los casos de sobrepeso y obesidad infantil van en aumento, el Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría (AEP) y la Sociedad de Pediatría de Madrid y Castilla-La Mancha han editado el Manual Práctico de Nutrición en Pediatría, para prevenir estos trastornos, que pueden generar serias consecuencias de salud en unos años.

Síndrome metabólico sin cuantificar

La doctora Suárez aclara que aunque el número de niños y adolescentes con síndrome metabólico no está cuantificado, “sí se puede asegurar que cada día se ven más en las consultas”. Una vez el escolar ha llegado a ese punto, “una dieta y un cambio en el estilo de vida no son suficientes para revertir la situación, sino que hay que recurrir a tratamientos complejos”, explica, “por ello es muy importante prevenir la obesidad y detectar pronto el sobrepeso”.

Esta especialista atribuye esta situación no sólo a la fuerte presencia de comida basura en la vida cotidiana, sino también al cambio en los hábitos y en el estilo de vida. “Hace 20 años las hamburguesas y las raciones de patatas que se vendían en las mismas cadenas de comida rápida que hoy eran mucho más pequeñas; no se entraba en el cine con un cubo de palomitas de 700 calorías; se comían chucherías una vez a la semana o al mes y los niños salían a la calle a jugar. Hoy día todo esto es diferente”. Por eso, apela a un cambio de hábitos en el que tiene que estar implicada toda la familia y toda la sociedad.