



## La obesidad infantil se ha multiplicado casi por cinco en los últimos veinte años

Los expertos alertan de su relación con la diabetes tipo 2, enfermedad hasta ahora propia de adultos ► Los niños toman cada vez más alimentos muy calóricos y no hacen ejercicio

ANA SAÁ ■ Vigo

Un estilo de vida basado en el sedentarismo, la ingesta de alimentos con alto valor calórico y la disminución de la actividad física ha provocado que en los últimos 20 años los casos de sobrepeso en la población infantil gallega de entre 6 y 16 años hayan pasado de un 14 a un 28 por ciento, y los de obesidad, del 2,6 al 11,9 por ciento, según los últimos estudios realizados por el servicio de Endocrinología del Hospital Xeral-Cies de Vigo.

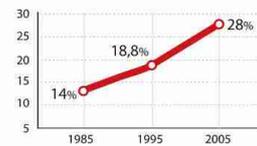
El doctor Ricardo García-Mayor, presidente de la Federación Española de Diabetes (FED) y jefe del servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Xeral-Cies de Vigo, alerta de que el aumento de la obesidad "va paralelo con la aparición de la diabetes tipo 2 y este es el desencadenante del comienzo de lo que podría ser una epidemia".

Cuando el páncreas produce poca o ninguna insulina se habla de diabetes tipo 1, mientras que la tipo 2 es aquella en la que las células del cuerpo no responden a la insulina que se produce. Lo que más preocupa a los expertos es la aparición de

### El exceso de peso y los antecedentes familiares, factores clave en la diabetes

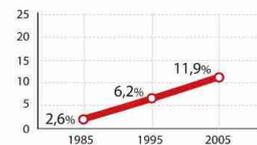
la segunda en menores. "La diabetes tipo 1 era la propia de los niños, pero en los últimos años estamos viendo cómo los nuevos esti-

#### ■ Evolución de la población infantil con sobrepeso (de 6 a 16 años)



**SOBREPESO:** exceso de peso en relación con la estatura, acumulación excesiva de grasa en el organismo.

#### ■ Evolución de la población infantil con obesidad (de 6 a 16 años)



**OBESIDAD:** enfermedad crónica que se caracteriza por el aumento de masa grasa y un aumento de peso.



Aarón Díez

los de vida provocan la aparición de la tipo 2, sobre todo en la edad de la pubertad", señala.

En los últimos 20 años los casos de sobrepeso infantil se han duplicado y los de obesidad infantil se han multiplicado casi por cinco. "Los resultados no son nada alentadores y la preocupación está en cómo parar esto", afirma García-Mayor en relación a los datos facilitados

del estudio realizado en 2005, pendiente todavía de publicación.

No existen estudios sobre la diabetes, pero del 11,9 por ciento

de menores entre 6 y 16 años con obesidad, se estima que menos del 5 por ciento deriva en la enfermedad. "No son muchos los casos que se dan hasta el momento, pero hay que tener en cuenta que los factores de riesgo de esta enfermedad son el exceso de peso y los antecedentes familiares", explica. Además, resalta la dificultad para el diagnóstico de la diabetes tipo 2. "Esta no se manifiesta de manera clara. Mientras que la tipo 1 se descubre en 3 semanas, esta puede tardar en detectarse meses o incluso un año", señala.

Como en toda enfermedad no se puede hablar de culpables, pero las circunstancias socioculturales han estimulado este cambio. "Ahora los padres y las madres tra-

bajan y quizás no pueden dar ejemplo a los niños a la hora de la comida por falta de tiempo", opina el presidente de la FED. "La mejor medida para frenar esto es no fomentar la obesidad y educar en los hábitos alimenticios", añade.

La dieta más adecuada es aquella que impida la ganancia de peso y debe individualizarse a cada paciente. Además, es recomendable aumentar la actividad física. "Lo fundamental es huir del sedentarismo", asegura García-Mayor. "Los avances médicos en la diabetes tipo 2 en niños se fundamentan en el diagnóstico y la relación de esta con la obesidad, que no debe confundirse con el sobrepeso, la fase intermedia de la primera", explica el experto.

### Un programa de ayuda a la infancia

Inspirados por la diabetes es el título del certamen de expresión creativa que ofrece su apoyo al programa de ayuda a la infancia *Vida para un niño*, de la Federación Internacional de Diabetes, que aporta recursos a más de mil niños diabéticos de 18 países en vía de desarrollo. Se trata de una iniciativa impulsada por los laboratorios Lilly en los cinco continentes y que en España cuenta con el apoyo de la Sociedad Española de Diabetes y de la Federación Española de Diabetes. La convocatoria está abierta hasta el próximo 1 de marzo y las categorías creativas del concurso son el relato breve o poema, fotografía y dibujo original o pintura. Lilly donará 5.000 dólares por cada finalista internacional y un dólar por cada obra presentada a concurso.

El doctor Ángel Rodríguez, del departamento de Investigación de la Clínica Lilly y uno de los difusores de esta campaña de concienciación en España, alerta de un futuro "pesimista, porque cada vez aumenta el número de pacientes infantiles en vías de desarrollo con diabetes tipo 2", pero también se muestra optimista en cuanto a que "se sabe más de esta enfermedad y su relación con la obesidad y se conocen nuevos fármacos para tratarla".

En su opinión, la comida rápida, el escaso consumo de verdura y pescado y la falta de ejercicio, unidos a los componentes genéticos, han desencadenado "una alarma social en los países europeos".