



ENTRE EL 5 Y EL 10%

Con una ligera disminución del peso desciende la incidencia de la mortalidad

■ J. A. P.

El término diabetes alude a la relación entre obesidad y aparición de DM2. Bartolomé Burguera, del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Son Dureta, en Palma de Mallorca, explica que "se trata de sujetos con un índice de masa corporal superior a 30, asociado a la diabetes, o un perímetro abdominal superior a 102 en hombres y 88 en mujeres". La próxima aparición de fármacos que disminuyan apetito y absorción de grasa, incrementando el metabolismo y la quema de calorías aun sin hacer ejercicio, forman parte de la solución a este problema.

Para mejorar esta situación, la pérdida de peso "no debe ser exagerada, con un 5-10 por ciento los beneficios se observan en comorbilidades como la diabetes, hipertensión e hiperlipemia". Con sólo 3-4 kilos menos ya disminuye la incidencia en mortalidad.