

**ENDOCRINOLOGÍA** COMIDA RÁPIDA Y SEDENTARISMO CAUSAN DM2 EN PAÍSES EN DESARROLLO

La diabetes es uno de los jinetes del Apocalipsis en ECV

→ La diabetes es uno de los factores de riesgo conocidos de la enfermedad cardiovascular más potentes. Rafael Gabriel, del Hospital La Paz, de

Madrid, ha comentado a DM que la diabetes se está convirtiendo en el nuevo primer jinete del Apocalipsis.

■ Ana Callejo Mora

Según la exégesis bíblica, los cuatro jinetes del Apocalipsis representan la victoria, la guerra, el hambre y la muerte o enfermedad. Trasladando estos personajes del último libro del Nuevo Testamento a los factores de riesgo de enfermedad cardiovascular, "la diabetes representaría a uno de estos caballeros, junto con el tabaco, la hipertensión y el aumento del colesterol", ha explicado Rafael Gabriel Sánchez, de la Unidad de Epidemiología Clínica del Hospital Universitario La Paz, de Madrid, a DIARIO MÉDICO.

"La diabetes está sobrepasando a los otros tres jinetes. Las razones son que, afortunadamente, en el mundo occidental se está dejando de fumar, en los años 80 y 90 se han hecho campañas muy buenas de detección de la hipertensión y, por último, cada vez hay más fármacos y sensibilización para controlar el colesterol. A esto se suma que la obesidad, principal causa de la diabetes, está aumentando terriblemente".

Gabriel ha sido el encargado de impartir la conferencia de inauguración del curso de verano de la Uni-



Rafael Gabriel, del Hospital Universitario La Paz, de Madrid.

versidad Complutense de Madrid titulado *Epidemiología y prevención de la diabetes y la enfermedad cardiovascular*, que ha tenido lugar en el Euroforum Infantes, de El Escorial (Madrid), con el patrocinio de Novo Nordisk.

"Especialmente nos preocupan los países en vías de desarrollo, que se han incorporado a una alta velocidad a la vida consumista, que viene acompañada de la ingesta de comida rápida y de la falta de ejercicio (ahora se desplazan en coche). El cambio ha sido más brusco

en estos países, en comparación con los desarrollados. Ésta es la explicación de que la temida epidemia de diabetes esté llegando de manera problemática a la región árabe, asiática, latinoamericana y africana". Gabriel también ha hablado de la "programación fetal. Un individuo que ha estado expuesto a la malnutrición de su madre tiene un mayor riesgo de bajo peso al nacer y deterioro de su perfil metabólico cardiovascular".

Además, la dieta hipercalórica y rica en grasas satura-

das en organismos cuyos genes no están acostumbrados puede conducir a desarrollar obesidad. Por ejemplo, los asiáticos que han emigrado a Inglaterra y los hispanos que se han asentado en Estados Unidos tienen más diabetes. Asimismo, se cree que en México, La India y Pakistán hay mayor predisposición genética.

Otro gran problema es que el 50 por ciento de la diabetes es ignorada o desconocida. "Al ser una enfermedad asintomática, los diabéticos se enteran de forma fortuita de que la padecen, a través de un reconocimiento médico de la empresa donde trabajan o porque tienen un antecedente familiar".

La edad y la herencia son factores de riesgo que todavía no se pueden modificar, pero "sí podemos trabajar sobre la obesidad, el sobrepeso, la dieta inadecuada y el sedentarismo".

Lectura crítica de ensayos

Por otro lado, el epidemiólogo ha señalado otra parte interesante del curso. "Hemos organizado varias sesiones de trabajo para enseñar a los alumnos a hacer una lectura crítica de los artículos científicos que se publican".