



DÍA NACIONAL DE LA PERSONA OBESA

La obesidad infantil puede reducir hasta en 14 años la esperanza de vida

La futura Ley de Seguridad Alimentaria y Nutrición pretende regular el acceso de la población infantil a alimentos ricos en grasas, azúcares y sal • Los especialistas piden mejoras en los menús escolares

Ramiro Navarro / Agencias

La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) lanza hoy jueves, de cara a la celebración del Día Nacional de la persona Obesa, que se celebra este viernes, 4 de diciembre, la campaña Porque un kilo de más cuenta. Cuidate. Con ello, quieren concienciar a la población de la importancia de luchar contra la obesidad desde el primer exceso, ante todo en niños. En ellos los problemas de peso y sus complicaciones puede reducir hasta 14 años su esperanza de vida. La campaña está respaldada por la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (Seedo). Abrirá este viernes 12 puntos de información en supermercado Alcampo de Asturias, Cataluña, Madrid, Andalucía y Valencia. Además, difundirá su mensaje en la red social Facebook y en las web de ambas organizaciones de expertos. El doctor Miguel Ángel Rubio, coordinador de la Unidad de Obesidad de Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, la elección de su lema no es casual, ya que "el primer kilo", según apuntó, "es el inicio de una carrera que puede no para y acabar en obesidad".

De momento, hasta un 30% de los españoles obesos está en riesgo de desarrollar diabetes. Más del 26% ya desarrolló esta enfermedad. Una situación que es más preocupante entre los menores. Uno de cada diez adolescentes con obesidad mórbida (100 kilos o más) está en riesgo de desarrollar diabetes y casi el uno por ciento ya padece esta enfermedad. Ante este panorama, el responsa-



Los doctores Xavier Formiguera, Miguel Ángel Rubio y Susana Monereo con Roberto Sabrido, de la Aesan. ARCHIVO

ble de la Aesan, Roberto Sabrido, es imprescindible trabajar en la prevención de la obesidad: ante todo en la población infantil juvenil, apostando por mejorar el menú de los comedores escolares y estimulando la actividad física de los menores con medidas en las que se debe buscar la complicidad de la industria alimentaria. Sabrido añadió que "en la futura Ley de Seguridad Alimentaria y Nutrición" se va incidir "claramente" en la educación alimentaria y re-

gularán, entre otras cosas, el "acceso de la población infantil a los alimentos con alto contenido en grasas y azúcares y sal".

El doctor Miguel Ángel Rubio, coordinador de la Unidad de Obesidad del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, sería imprescindible "penalizar los alimentos pocos saludables y subvencionar los más saludables". Los adolescentes son el grupo donde se ha observado mayor incremen-

to proporcional de la obesidad. Se trata de una población de gran riesgo ya que los niños obesos tienen el doble de probabilidades de seguir siendo obesos de mayores y de padecer todas sus complicaciones. "En los niños la primera década son obesos y a partir de ahí empieza el riesgo de desarrollar diabetes. Hoy la diabetes tipo 2 aparece en jóvenes y llega a ser más frecuente que la tipo 1, algo impensable hasta hace muy poco tiempo. En mayores de 14 años obesos en-

El complejo binomio de la 'diabesidad'

"La diabesidad es una de las peores consecuencias de la obesidad. La diabetes es una enfermedad que triplica el riesgo cardiovascular del obeso y que le hace susceptible a padecer todas sus terribles complicaciones como la ceguera o la insuficiencia renal. Además, es probablemente la más fácil de prevenir, ya que cuando el obeso se hace prediabético, si pierde kilos, puede revertir a una situación normal. De ahí, la gran importancia de evitar la progresión de la dolencia", explica Susana Monereo, jefe de sección de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario de Getafe, en Madrid. En su opinión, "aunque la gran parte de los diabéticos tipo 2 son obesos en el momento del diagnóstico, muy pocos saben que si no hubieran engordado la enfermedad no hubiera aparecido. Lo ven como algo ligado a la edad y al estilo de vida".

contramos que casi la mitad padece ya complicaciones importantes asociadas a su exceso de peso como hígado graso, hipertensión, aumento de triglicéridos y alteraciones de la glucosa, incluso apneas del sueño, además de todo el conjunto de problemas del ánimo relacionados con la ansiedad, la discriminación la autoestima, etcétera", destaca la doctora Susana Monereo, jefe de sección de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario de Getafe.