

[EL REPORTAJE DEL DÍA]

ENDOCRINOLOGÍA El total cuenta. Cuando uno gana un kilo puede entrar en una espiral difícil de abandonar, y puede ser el inicio de una carrera imparable que acabe en obesidad, un fenómeno asociado a nuestros estilos de vida que se ha globalizado. La epidemia de la diabetes sigue un curso

Razones de peso para combatir la obesidad

■ Loreto Mármol

Porque en algunos casos la obesidad está relacionada con la baja autoestima, percepción de culpabilidad, altos niveles de ansiedad y depresión, lo que lleva a un abandono social y también físico. Porque las epidemias de obesidad y diabetes discurren en paralelo hasta el punto de que ya se conoce con el término diabetes -hasta un 30 por ciento de los españoles que la sufren puede ser prediabético y más de un 16 por ciento ya ha desarrollado diabetes, cifra que supera el 20 por ciento en los casos severos-. Porque la situación se está reproduciendo en la población infanto-juvenil -uno de cada diez adolescentes con obesidad mórbida presenta prediabetes y casi el 1 por ciento de ellos es diabético-. *Porque un kilo de más cuenta, ¡cuidate!* ha sido el lema elegido por la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (Seedo) para el XIV Día Nacional de la Persona Obesa, que se celebró el viernes.

Esa misma semana los padres del niño de Orense de diez años que padece obesidad mórbida lo entregaron

Sabrido: "Con la Ley de Seguridad Alimentaria queremos regular el acceso de los niños a los alimentos con alto contenido en grasas, azúcares y sal"

"Es fundamental que las sociedades científicas se impliquen; los profesionales suelen estar concienciados", según el presidente de la SEEN

finalmente -y de forma voluntaria- a los servicios sociales de la Xunta de Galicia. Había ingresado en 48 ocasiones en la UCI por problemas de salud.

"Cada vez es más extraño ver a niños delgados en las consultas", señala Susana Monereo, jefa del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario de Getafe.

De hecho, uno de cada tres niños es obeso. Precisamente la jornada de educación sanitaria se centró en la población infanto-juvenil, "el grupo donde se ha obser-

vado mayor incremento proporcional de la obesidad; hoy la diabetes de tipo 2 aparece en jóvenes y llega a ser más frecuente que la 1", explica Monereo.

Pero tan sólo es la punta del iceberg de un problema mayor. Según ella, en pocos años esos niños obesos "van a convertirse en jóvenes con complicaciones importantes", lo que podría afectar, a medio plazo, a la esperanza de vida: "Si no ponemos remedio, nuestros hijos vivirán menos años".

"Porque es la segunda causa de muerte evitable y porque ya en 2004 la OMS la definió como la primera pandemia no infecciosa del siglo XXI, debemos actuar en el ámbito de la salud pública", añade el presidente de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, Roberto Sabrido, que constata que la prevención de la obesidad es una materia que está ganando peso en el Ministerio de Sanidad y Política Social. "Entendemos que se trata de un fenómeno multicausal contra el que deben intervenir todos los sectores".

Teniendo en cuenta que el 80 por ciento de los niños obesos lo serán también de adultos, Sanidad incide en

ascendente y progresivo en todo el mundo. Las expectativas para los próximos años son de crecimiento sostenido. La población española no es ajena. En 2030 España estará a la cabeza, junto con Italia, Grecia y Estados Unidos. Los expertos reclaman políticas más activas.



De izq. a dcha., Xavier Formiguera, de la Seedo; Miguel Ángel Rubio, del Clínico San Carlos; Roberto Sabrido, de la Aesan; Susana Monereo, del Hospital de Getafe, y Tomás Lucas, de la SEEN.

Los especialistas demandan una política más activa en prevención que garantice también el uso de los fármacos contra la obesidad

"sin ellas es difícil llegar a buen puerto".

Tomás Lucas, presidente de la SEEN, coincide en este punto: "Es fundamental que las sociedades médico-científicas se impliquen". Ahora bien, a su juicio, "los profesionales suelen estar muy

sensibilizados sobre este problema porque ven las consecuencias día a día, pero no ocurre así con la población; de ahí la importancia de sensibilizar con campañas como ésta".

Xavier Formiguera, presidente de la Seedo, apunta el vacío que se produce entre los mensajes que divulgan los profesionales y lo que la población percibe, y agradece a Sabrido que "haya resucitado la estrategia NAOS, que estaba dormida".

Según 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 poco saludables y subvencionar los más saludables". En este sentido, Sabrido confía en que durante la presidencia española de la Unión Europea salga adelante el etiquetado nutricional, "porque es necesario y demandado por todo el mundo".

Los especialistas piden una política más activa en prevención y en tratamientos. Como destaca Rubio, "hay un arsenal terapéutico contra la obesidad que está infrutilizado. Además, existe una desigualdad en el tratamiento de la obesidad, pues el SNS no sufra los fármacos indicados y aprobados por Sanidad, ni se consideran las listas de espera de cirugía de la obesidad como demoras quirúrgicas".



Campaña divulgativa y decálogo para controlar el peso

El viernes se realizaron una serie de actividades divulgativas y se instalaron puntos de información en centros comerciales -como Alcampo- y en consultas médicas. En internet también se pueden visitar las páginas web de la SEEN y de la Seedo, así como un portal especial en la red Facebook. El obje-

tivo perseguido es dejar claro que con tan sólo cinco pasos -reducir el consumo de azúcares, grasas y el tamaño de la ración, aumentando la ingesta de frutas y verduras y promoviendo la actividad física- se conseguiría revertir la tendencia.