



La obesidad y la diabetes provocan un aumento de algunos tumores

Cerca del 50% de los españoles sufre exceso de peso • Entre los menores, los obesos suponen el 15%, lo que provoca que ya haya niños con la diabetes típica de los adultos

Leonor García / MÁLAGA

Diabesidad. La palabra aún no existe en el diccionario, pero los médicos ya la utilizan para referirse a la suma de obesidad y diabetes, “las dos grandes epidemias que nos van a acompañar a lo largo del siglo”. Los endocrinólogos llevan varios años advirtiendo que debido al exceso de peso ya hay niños con la diabetes típica de la edad adulta (la tipo 2), un fenómeno que califican de “inédito”. Pero ayer, en la inauguración del II Congreso de *Diabesidad*, lanzaron otro mensaje de alerta: “La obesidad y la diabetes no sólo matan por enfermedades cardiovasculares, sino por algunos tipos de cáncer”, según apuntó el jefe de Endocrinología del Hospital Clínico, Francisco Tinahones. Y es que ambas patologías parecen ser las causantes de un aumento en la incidencia de ciertos tipos de tumores. Por ejemplo, los de esófago, tiroides, colon, riñón y endometrio son más frecuentes en personas con obesidad. Los de páncreas, colorrectal, mama y endometrio, en los diabéticos.

El catedrático de Medicina Preventiva de la Universidad Autónoma de Madrid, Fernando Rodríguez, enfatizó además que mientras otras patologías son agudas como un infarto o una neumonía, la diabetes y la obesidad son crónicas. “Acompañan a la persona toda su vida”, dijo, lo que genera una importante presión asistencial y genera importantes costes. De hecho, se estima que sólo la diabetes supone de un 2,5% a un 15% (según se contabilicen los costes propios de la patología o también los



El II Congreso de 'Diabesidad' se inauguró ayer en el Palacio de Ferias y se prolongará hasta hoy.

MIGUEL FERNÁNDEZ

de sus complicaciones) de los presupuestos sanitarios.

Pese a que basta un simple pinchazo en un dedo para saber si una persona es diabética, uno de cada tres enfermos que padecen la patología tipo 2 no está diagnosticado. La razón es que es una enfermedad que no da síntomas. Pero si hay antecedentes de la dolencia en la familia, se es obeso o se tiene gordura abdominal es recomendable hacerse esa prueba. Y además de que un tercio no está diagnosticado; entre los que sí lo están, el 60% no alcanza un nivel óptimo de control de la enfermedad porque a medida que avanza la diabetes cada vez es más difícil su tratamiento. El problema radica en que las células beta del páncreas que producen la insulina se van muriendo y las que sobreviven cada vez trabajan más sobrecargadas. Los fármacos actuales se

Fernando Rodríguez
Catedrático de Medicina Preventiva

“La epidemia no es de un día, lleva gestándose décadas, pero se ha tomado conciencia hace poco”

quedan cortos para frenar el aumento progresivo de la diabetes, según explicó Tinahones. Pero los endocrinólogos apuntan que se abren nuevas esperanzas con cierto tipo de medicamentos que ayudan a las células beta en su trabajo y ralentizan su declive.

La alerta de los facultativos está más que fundada. En torno al 10% de la población padece diabetes y cerca del 50% sufre obesidad o sobrepeso. La relación entre ambas patologías la aclaró el endocrinólogo del Clínico. En los obesos, el páncreas tiene que hacer un mayor esfuerzo para mantener los niveles de glucosa dentro de la normalidad. “Al cabo de unos años, el páncreas se agota y es cuando aparece la diabetes”, apuntó. Rodríguez añadió: “La epidemia no es de un día, lleva gestándose varias décadas, pero se ha tomado conciencia hace poco”.

Un cartucho de palomitas aporta las calorías de un día

Un aparentemente inocuo cartucho de palomitas tiene en torno a 1.900 calorías, casi el equivalente de las que necesita una persona en un día. El dato lo aportó el doctor David Russell, del hospital Royal Surrey County Guilford (Reino Unido), uno de los conferenciantes del congreso. El ejemplo fue puesto por los especialistas para que cale el mensaje de que debe controlarse la cantidad de energía que se ingiere y realizar ejercicio físico para mantener los kilos a ra-

ya. Los endocrinólogos insisten en que a la dieta básica de hace tres décadas se suman ahora bebidas azucaradas, postres, dulces, aperitivos... En resumen, más calorías. Y para colmo, el ocio de estos tiempos -a diferencia del de hace años- no requiere casi ejercicio. “El ocio está dentro de casa, en juegos sedentarios. El ordenador, la videoconsola, el televisor, juegos de mesa”, precisó el catedrático de Medicina Preventiva, Fernando Rodríguez. La mayor ingesta de calorías y

la menor actividad física durante cuatro décadas ha conducido a la *diabesidad*. Incluso Rodríguez esbozó un problema: la estructura de las ciudades, donde ya no es tan seguro jugar en la calle como hace décadas. Los especialistas reclaman cambios: que se enseñe a los pacientes a controlar más su enfermedad, que se creen programas multidisciplinarios para que reciban asistencia en pocas visitas y que se establezcan sistemas para mejorar la atención.