



CADA VEZ ES MENOR LA EDAD DE LAS PERSONAS QUE SON DIAGNOSTICADAS, PRESUMIBLEMENTE POR LA VIDA SEDENTARIA ACTUAL

El 70% de los diabéticos gallegos sufren también hipertensión y obesidad

Los médicos advierten en el Día Mundial contra la enfermedad de que los hábitos saludables son la clave para prevenirla

REDACCIÓN

GALICIA

actualidade@xornaldeg Galicia.com

La diabetes tipo 2, en realidad, “no es nada más que un eufemismo para decir obesidad”, según el profesor de Medicina Clínica en Harvard en Boston (Estados Unidos), el endocrinólogo Arturo Rolla, quien explicó, con motivo del Día Mundial de la Diabetes que se celebra hoy, que “la principal fuerza que hace que avance la prevalencia de la diabetes es la obesidad”, por este motivo se muestra crítico con el actual estilo de vida.

De hecho, los datos le avalan. Según un estudio realizado por la Sociedad Española de Diabetes (SED), 220.000 personas sufren esta enfermedad en Galicia, de las cuales, el 70% tienen también hipertensión y obesidad. “Todo el planeta está comiendo más de lo que tiene que comer y no está haciendo suficiente ejercicio”, asevera para recordar que “hace 100 años, había muy poca diabetes tipo 2 y se daba en mayores de 50 años. Hoy hay muchísima, y ya se da en gente muy joven”.

Según el estudio de SED, el porcentaje de gallegos y gallegas que padecen esta enfermedad, un 8%, está por debajo de la media española, que se sitúa en el 12%. Además, se refleja que un 11% de la población presenta pre-diabetes, lo que significa que casi una cuarta parte de la ciudadanía española “tiene o está en disposición de tener diabetes”.



Azul, el color de la solidaridad

ACORUÑA. La Torre de Hércules y el Castillo de Santa Cruz, en A Coruña, se tiñeron ayer de azul para hacer visible una enfermedad que padece el 8% de la población gallega y que un 11% puede padecerla también sin saberlo. Esta iniciativa, llamada *Desafío Monumental Azul*, también será llevada a cabo hoy, domingo, en distintos puntos de la geografía española, como en la madrileña Puerta de Alcalá. **CASTEIRO**

El citado estudio destaca, asimismo, que esta prevalencia de diabetes en Galicia aumenta con la edad, puesto que afecta hasta el 29,3% de los mayores de 70 años.

Al tratarse de una enfermedad compleja, advierte que la prevención no puede estar solo basada en una mejor alimentación y más ejercicio, al contrario, se trata de cambiar todo el estilo de vida porque, parafraseando a Gandhi, “el enemigo somos nosotros”. “Es la naturaleza humana, que nos lleva a comer

cuando no tenemos hambre, nos hace comer más de lo que necesitamos y nos empuja a ser sedentarios”, añade el endocrinólogo.

Para este experto, la diabetes es una enfermedad mala pero “es peor por las malas compañías que atrae: obesidad, hipertensión, aumento del colesterol” y “porque no solo atrae a esos factores de riesgo, sino que los potencia”.

Por este motivo, aboga por tratar la enfermedad de una manera global, y recuerda que “al hacer

Un exceso de colesterol también puede estar detrás de este síndrome

el diagnóstico de diabetes, se hace el diagnóstico de una muerte prematura”.

“La diabetes no es sino un signo metabólico de que se avecina un infarto. Hay que hacer un control múltiple: controlar el azúcar, el peso, el colesterol, la presión arterial, evitar el cigarrillo. Porque nuestros pacientes con diabetes viven con azúcar alto, pero mueren de un coágulo en el corazón o en el cerebro. Y eso es lo que debemos intentar prevenir”, explica Arturo Rolla. ■