

La diabetes tipo 2 es una consecuencia de la tecnología moderna, según investigador

Propone modificar las políticas de impuestos y subsidios para "desincentivar los productos muy procesados" e incentivar los alimentos con menos calorías

MADRID, 15 Feb. (EUROPA PRESS) -



Foto: EP

La diabetes tipo 2, que representa más del 90 por ciento de los casos de esta enfermedad en el mundo, es una consecuencia de la tecnología moderna, que ha hecho que las personas ingieran ahora alimentos más calóricos y en mayores cantidades que en cualquier otro momento de la historia" y ha hecho "que se deje de caminar".

Así opina el doctor Chris Feudtner, profesor asistente de Pediatría en la Facultad de Medicina de la Universidad de Pensilvania (Estados Unidos) e investigador especializado en la epidemiología de las enfermedades crónicas complejas, quien ha participado como orador en los seminarios de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre la historia de la salud mundial.

"Las tecnologías utilizadas en la agricultura, la ganadería y el procesamiento de los alimentos permiten que las personas ingieran alimentos con más densidad calórica que en cualquier otro momento de la historia y en cantidades mucho mayores. Hablamos incluso de alimentos que hasta hace poco no existían", dice.

"A ello hay que añadir las tecnologías del transporte, que han hecho que la gente deje de caminar, y la sustitución del trabajo manual por el de las máquinas. Estas tecnologías han modificado la cantidad de energía consumida en las actividades cotidianas", añade Feudtner, para quien, en suma, la tecnología "nos ha dado un exceso de calorías y ha reducido el gasto de energía".

A su juicio, "no se le puede pedir a la gente que viva de forma sencilla". Para este experto, "la verdadera solución está en contramedidas y políticas tecnológicas que compitan directamente con las tecnologías que han llevado nuestro metabolismo a esta situación, en tecnologías que reduzcan la densidad calórica de los alimentos y

faciliten el gasto de calorías en actividades placenteras y en tecnologías que alienten las empresas a dirigir su modelo de negocios hacia la prevención".

INCENTIVAR TECNOLOGÍAS "QUE SAQUEN A LA GENTE DEL SOFÁ"

Considera que es necesario modificar las políticas de impuestos y subsidios a la agricultura y a la ganadería para "desincentivar los productos muy procesados a base de cereales" e incentivar "una mayor producción de alimentos con menos densidad calórica que produzcan una mayor saciedad con una cantidad equivalente de calorías".

Además, se tienen que incentivar las tecnologías que "saquen a la gente del sofá", tanto en el entorno público como en el privado. "¿Se ha fijado en lo fácil que es encontrar el ascensor o la escalera mecánica en los edificios públicos y lo difícil que es encontrar la escalera?. En casa, el televisor y la vida sedentaria están bien arraigados, pero se pueden tomar medidas", asevera.

"No digo que vayamos a poner en cada casa un videojuego 'levántate y baila' -- aunque podría ser una medida en la buena dirección--, pero tenemos que estimular a la gente para que tenga una actividad física, aunque sea de bajo nivel, que al cabo de semanas, meses y años devuelva su balance calórico a un control metabólico estable", expone.

"Tenemos que crear --insiste-- formas de que la gente cumpla las recomendaciones con respecto a la dieta, el ejercicio y la medicación casi con el mismo placer con que se sientan en el sofá y comen algo mientras ven la televisión. Sin duda no es fácil, pero es el verdadero reto que tenemos que superar".

A su juicio, hay que ser consciente "de las posibles consecuencias paradójicas de la tecnología y estar preparados para hacerles frente" ya que, por ejemplo, algunos de los fármacos para la diabetes de tipo 2 se han relacionado recientemente con un aumento del riesgo de ataque cardíaco, una muestra de que las secuelas del tratamiento pueden ser "tan problemáticas como la enfermedad subyacente".