



## Un 90% de los casos de diabetes diagnosticados son del tipo 2

**EXCESO DE CALORÍAS Y FALTA DE EJERCICIO SON LA CLAVE DE ESTE PROBLEMA DE SALUD**

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

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

Según este especialista "las tecnologías utilizadas en la agricultura, ganadería y procesamiento de alimentos da lugar a alimentos más calóricos a lo que se suman los medios de transporte, lo que da lugar a un gasto muy pequeño de calorías, produciéndose un desequilibrio



Un pinchazo en el dedo y mediante una tira se puede conocer el contenido de azúcar en sangre. Foto: CG

entre la ingesta y el gasto, lo que da lugar al sobrepeso.

A juicio del doctor Chris Feudtner, "no se le puede pedir a la gente que viva de forma sencilla, la verdade-

ra solución está en contramedidas y políticas tecnológicas que compitan directamente con las tecnologías que han llevado a 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 a las empresas a

Sería preciso reducir la carga calórica de los alimentos que se están ingiriendo

dirigir su modelo de negocios hacia la prevención de esta enfermedad.

Subraya el especialista que sería necesario incentivar las tecnologías que saquen a la gente del sofá tanto en el entorno público como en el privado. "Tenemos que destacar", afirma, "la necesidad de crear formas para que la gente cumpla las recomendaciones con respecto a la dieta, el ejercicio y la medicación casi con el mismo placer con que se sienta en el sofá y come algo mientras ve la televisión. Sin duda no es fácil, pero es el verdadero reto que tenemos que superar.

**COORDINACIÓN: MARISA M. TABOADA**