

Los niños diabéticos que miran más TV controlan mal su glucosa

Reuters 06/10/2011 18:59 Actualizado: 06/10/2011 21:05

Por Amy Norton

Un nuevo estudio sugiere que los niños con diabetes tipo 1 que pasan muchas horas por día frente al televisor o la computadora no controlarían adecuadamente el nivel de azúcar en sangre.

Se desconoce la causa de esta relación y los resultados no prueban que el tiempo frente a una pantalla empeore el control de la diabetes. Pero el estudio halló también que factores como la obesidad, el ejercicio y el ingreso familiar no explicaban la asociación.

En un grupo de 296 niños, adolescentes y adultos jóvenes con diabetes tipo 1, los que pasaban cuatro o más horas por día frente a la televisión o la computadora tenían niveles de hemoglobina A1C más alto que el resto: un 9,3 frente a un 8,5 por ciento.

La hemoglobina A1C es un indicador del control de la glucosa en los últimos meses. Los expertos recomiendan que los adultos mantengan los niveles de A1C por debajo del 7 por ciento, mientras que en los niños y los adolescentes el límite es del 8,5 por ciento y disminuye con la edad.

Esto es para reducir el riesgo de sufrir complicaciones diabéticas, que van desde enfermedad cardíaca hasta renal o visual.

Se desconoce por qué la cantidad de horas frente a una pantalla estuvo asociada con el control de la glucosa en sangre, comentó el equipo de la doctora Angela Galler, de la Universidad de Berlín, en Alemania.

Es posible que los niños que pasan más horas frente al televisor o la computadora coman más golosinas o "snacks".

Las personas con diabetes tipo 1 se inyectan insulina, en general cerca de cada comida, para controlar los niveles de azúcar en sangre.

Y aunque comer snacks podría ser una causa, el estudio no prueba que el tiempo frente a una pantalla altere ese control, según opinó el doctor Sanjeev Mehta, del Centro de Diabetes Joslin y de la Escuela de Medicina de Harvard, en Boston.

Una limitación del estudio es que determinó el tiempo de exposición a la televisión o la computadora y el control de la glucosa en un solo momento. Otra, dijo a Reuters Health, es la falta de información sobre la dieta de los participantes.

"Lo importante para los padres, es que el estilo de vida influye y es un factor de riesgo modificable en la vida de sus hijos", dijo Mehta, que no participó del estudio.

En la investigación, el nivel de actividad física de los participantes no estuvo asociado con el control de la glucosa en sangre.

Mehta explicó que esa relación es compleja, ya que la respuesta del organismo al ejercicio varía ampliamente, según la persona y la intensidad del ejercicio. De modo que la actividad física puede o no mejorar el nivel de hemoglobina A1C.

A pesar de eso, Mehta señaló: "El ejercicio proporciona grandes beneficios, que alcanzan a la salud cardiovascular general y la calidad de vida de los niños".

FUENTE: Diabetes Care, online 16 de septiembre del 2011