

Mudarse a una zona mejor reduce el riesgo de diabetes: estudio

Reuters 21/10/2011 18:45 Actualizado: 21/10/2011 21:20

El vecindario en que vivimos está relacionado con el riesgo de desarrollar obesidad y diabetes, según revela un nuevo estudio.

Las personas que viven una zona de mucha pobreza son más propensas a ser obesas y a tener diabetes que aquellas de áreas menos pobres. Los investigadores caracterizaron la asociación como "modesta pero potencialmente importante".

La investigación tuvo en cuenta la influencia sobre la diabetes y la obesidad de un programa para incentivar la mudanza de personas a zonas de menor pobreza.

"Los efectos que observamos en el estudio son comparables con los de las intervenciones orientadas a modificar el estilo de vida o la entrega de medicamentos a las personas para prevenir la aparición de la diabetes", aseguró el autor principal, Jens Ludwig, de la University of Chicago.

En New England Journal of Medicine, los autores aclaran que el estudio no prueba una relación causa-efecto.

La investigación incluyó a unas 4.500 madres que habitaban viviendas públicas de barrios con por lo menos un 40 por ciento de residentes con ingresos por debajo de la línea de pobreza.

Entre 1994 y 1998, el programa federal Moving to Opportunity de Estados Unidos les entregó a 1.788 de esas mujeres "vales de vivienda" que servían sólo en barrios donde menos del 10 por ciento de los habitantes estaban por debajo del nivel de pobreza.

Otras 1.312 participantes recibieron vales para utilizar en cualquier zona. Ambos grupos tuvieron orientación antes de la mudanza. Las 1.398 restantes no recibieron vales ni orientación.

Más de una década después, el Gobierno realizó un estudio de seguimiento de las mujeres que incluyó determinaciones de la altura, el peso y la sangre para medir los niveles de azúcar en los tres meses anteriores.

En las participantes obesas (con un IMC de 30 o más), el barrio no hizo diferencia. Pero en las mujeres obesas mórbidas (con IMC de 35 o superior), el vale para mudarse a un barrio de baja pobreza sí influyó positivamente.

Los resultados del análisis de sangre revelaron que el 20 por ciento de las participantes que no había recibido el vale tenía diabetes, comparado con el 16 por ciento del grupo que utilizó el beneficio.

Ludwig consideró confiables los resultados, aunque las mediciones de la altura, el peso y la diabetes no se habían realizado al inicio del estudio.

El autor comentó que el Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de Estados Unidos (HUD, por sus siglas en inglés) evaluó otras 57 variables y halló similitudes iniciales entre los tres grupos, de modo que es lógico que los niveles de obesidad y la diabetes también fueran comparables.

Y el hecho de que la mitad de las receptoras del vale para mudarse a una zona de baja pobreza no lo utilizara no fue un problema, ya que la diferencia se mantuvo aun tras incluir a las que no se mudaron.

"Este fue un experimento que el HUD no hizo para reducir la diabetes y la obesidad. El 75 por ciento de los beneficiarios participó por motivos de seguridad; querían alejarse de los delitos", dijo Ludwig.

"Pero los resultados fueron similares a los de las mejores intervenciones médicas conocidas. Eso es muy importante", agregó.

"Dado que la diabetes y la obesidad están asociadas con una gran cantidad de complicaciones y un mayor costo de la atención, los resultados del estudio sugieren que mejorar el entorno de los barrios urbanos de bajos recursos aumentaría la duración y la calidad de vida de sus residentes y reduciría los gastos de atención de la salud", declaró el doctor Robert Whitaker, de la Temple University y coautor del estudio.

FUENTE: New England Journal of Medicine, 20 de octubre del 2011