



Investigación

Más de un millar de españoles mueren al año por enfermedad relacionada con las bebidas azucaradas

R. I. MADRID

Cada año fallecen en España más de mil personas por enfermedades que pueden estar relacionadas por un consumo excesivo de bebidas azucaradas. Lo asegura un estudio que se publica en «Circulation» y cuyos resultados se adelantaron en la Conferencia de la Asociación Americana del Corazón sobre Epidemiología, Prevención/Nutrición y Actividad Física. La investigación afirma que las bebidas azucaradas –sodas, bebidas isotónicas, zumos, etc.– podrían ser las responsables, cada año, de 180.000 muertes en el mundo.

En esta nueva revisión, los autores incluyen una lista de los 40 países más afectados por el consumo de estas bebidas y España «no sale muy bien parada», reconoce a ABC María Ballesteros, de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN). Sin embargo, los datos no «sorprenden» ya que España es el cuarto país consumidor de bebidas azucaradas en Europa.

Más riesgo cardiovascular

En cualquier parte del planeta se consumen bebidas azucaradas. Estas contribuyen al sobrepeso y obesidad, lo que aumenta el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes o la patología cardiovascular y el cáncer. Los datos de este informe se han obtenido a partir del 2010 Global Burden of Diseases Study y muestran que las bebidas azucaradas estarían relacionadas con 133.000 asociadas a la diabetes, 44.000 con la enfermedad cardiovascular y 6.000 con el cáncer. Además, el estudio señala que el 78% de estas muertes se produce en los países en vías de desarrollo, más que en los más ricos. «Solamente en EE.UU. se calcula que se produjeron 25.000 muertes relacionadas con las bebidas azucaradas», señala Gitanjali M. Singh, autor del estudio e investigador del Harvard School of Public Health en Boston. En España, que ocupa el puesto 29, se producen más de 30 muertes por millón de habitantes cada año por esta causa, es decir, 1.006 fallecimientos.

En este informe se ha recogido información sobre la ingesta de este tipo de bebidas en todo el planeta, y se ha analizado, en función de la edad y el sexo, sus efectos en relación con la obesidad y la diabetes, y con la mortalidad asociada a estas patologías durante 2010. El problema, señala Ballesteros, es que «mientras que sí hemos interiorizado que el alcohol es “malo”, no ha ocurrido lo mismo con estas bebidas».