



Los diabéticos canarios fuman y hacen el mismo ejercicio que la población sana

► El Cardiovascular-Diabetes-Cáncer (CDC) de Canarias trabaja con la hipótesis de que la mayoría de los diabéticos del Archipiélago incumple las recomendaciones del médico. La mortalidad de los afectados por esta enfermedad crónica es hasta cuatro veces superior que la de otras comunidades autónomas de España.

■ L.C... S/C de Tenerife

Los diabéticos canarios fuman y hacen el mismo ejercicio que la población sana. Éstas son algunas de las conclusiones a las que ha llegado el CDC (Cardiovascular-Diabetes-Cáncer) de Canarias, según explicó el doctor Antonio Cabrera, impulsor de este proyecto y director del Hospital de San Juan de Dios en Tenerife.

Una de las hipótesis con las que trabajan es que "en Canarias, como en pocos sitios, se incumplen las recomendaciones" respecto a la obesidad, la diabetes y las enfermedades cardiovasculares.

Aunque queda mucho por hacer, el doctor Antonio Cabrera afirma que ya han comprobado que los diabéticos canarios hacen el mismo ejercicio que los que no lo son y que fuman lo mismo. "Hemos medido y lo tenemos comprobado: nuestros diabéticos fuman lo mismo que los no diabéticos, y que un diabético fume es inconcebible", comenta Cabrera.

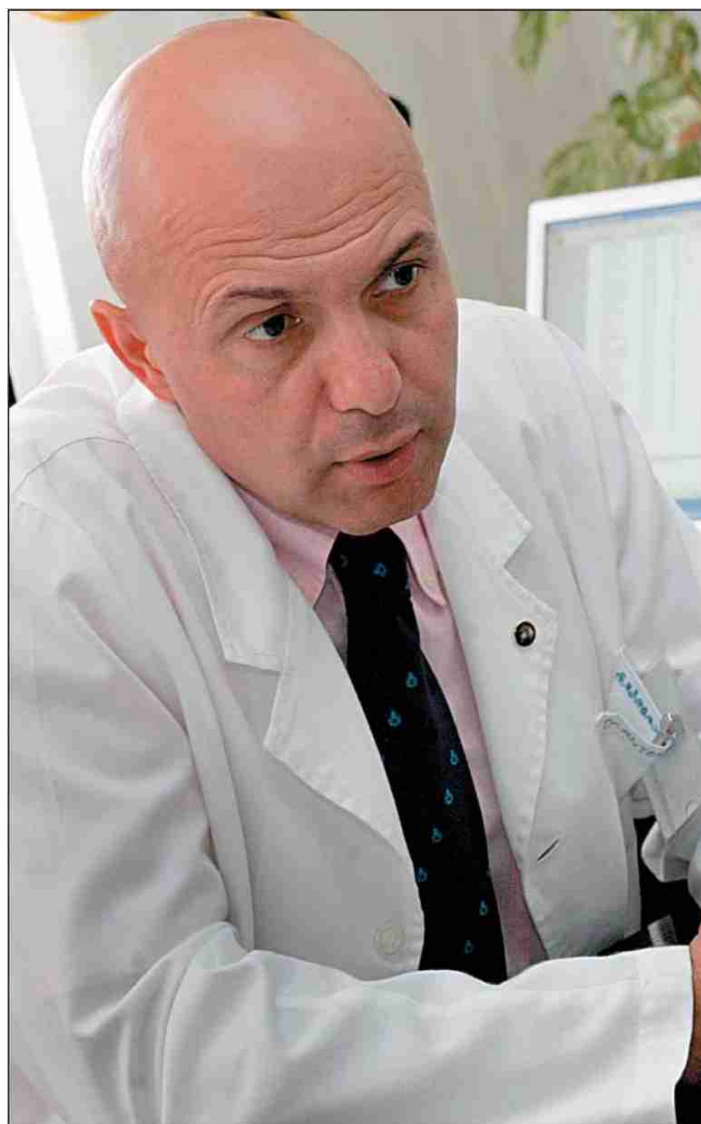
Según el experto, están tratando de demostrar empíricamente que los diabéticos canarios tienen la cultura de convivir con la diabetes sin preocuparse por observar las recomendaciones del médico.

"Lleva mal la dieta, el ejercicio y los cuidados. Si llevas mal todo eso, no lo arreglas fácilmente con las pastillitas del médico", explica el director de San Juan de Dios.

En este sentido, Cabrera señala que el médico no trata una enfermedad, trata a un paciente, que "aparte del tratamiento farmacológico debería seguir unas pautas de vida".

En este supuesto incumplimiento radicarían cifras tan alarmantes como que los diabéticos canarios tengan una mortalidad hasta cuatro veces superior que la de otras comunidades autónomas.

El experto recuerda la estrecha relación entre la obesidad y la diabetes tipo 2. "Nuestra obesidad tiene mucho que ver con nuestra mayor diabetes y también con esa mayor mortalidad cardiovascular", dice. En Canarias, "el 30% de la población adulta es obesa" y tiene más obesidad que ninguna otra comunidad autónoma.



El director del Hospital San Juan de Dios lleva años dedicado al estudio de la obesidad y sus factores de riesgo./ DÉSIRÉE MARTÍN

El experto advierte de que el 30% de la población adulta en Canarias es obesa, la mayor cifra del país

"Un obeso en promedio va a acabar perdiendo en torno a los 10 años de vida", asegura el doctor Antonio Cabrera. "Va a tener una vida de peor calidad y acaba falleciendo antes, porque tiene más diabetes, más hipertensión, más cáncer", argumenta. También subraya que un dato que "se sabe poco" y es que la obesidad "se asocia con la aparición de más cáncer". "Todo eso acaba acortando la esperanza de vida de la población canaria", añade.

■ ESTUDIO

Los riesgos del sedentarismo

● Un estudio publicado por el grupo de investigación CDC de Canarias demostró que la prevalencia del sedentarismo en mujeres (70%) fue superior a la de los varones (un 45-60%). El artículo, titulado "Sedentarismo: tiempo de ocio activo frente a porcentaje del gasto energético", compara dos definiciones diferentes de sedentarismo y averiguó cuál era la más efectiva para detectar su relación con el síndrome metabólico y otros factores de riesgo cardiovascular. Por su mayor facilidad de obtención, recomendaron el uso del concepto de sedentarismo basado en averiguar, en la práctica clínica, si el paciente realiza menos de 25 minutos de ocio activo al día. De la muestra de 5.814 individuos, se demostró que un gran porcentaje (superior al 50% en el caso de las mujeres) no cumple con ese mínimo de 25 minutos de ejercicio activo al día. No obstante, en el artículo se reconoce que "la principal limitación" de este estudio es "la medición de la actividad física a través de la autodeclaración". Por ese motivo, matizan que "es posible que el sedentarismo masculino en Canarias sea mayor que el declarado". La prevalencia de sedentarismo declarada por las mujeres canarias es similar a la de Francia y Alemania.

La obesidad, una epidemia en los países desarrollados de todo el mundo, tiene su causa en un cambio en las condiciones socioeconómicas en Canarias. Los trabajos son, en general, más sedentarios y "más que nunca anteriormente sobra comida en cualquier casa de Canarias". Ese binomio "actividad escasa-comida sobrante", no se había dado hasta hace poco tiempo y es lo que ha disparado los índices de obesidad y, tras ellos, los de diabetes.