

Niños con las enfermedades de papá

Tienen **colesterol, hipertensión, cálculos renales y no pasan de los doce años**. Algunos niños españoles empiezan a sufrir problemas de salud propios de adultos en la cuarentena

POR N. RAMÍREZ DE CASTRO

MADRID. Los médicos acostumbran a decir que no importan los años que refleja el DNI, sino la edad de las arterias, el corazón o las articulaciones. Para algunos niños el interior empieza a envejecer antes de alcanzar la adolescencia. La hipertensión, la diabetes tipo 2 típica de las personas mayores, los cálculos renales y biliares o los problemas con las transa-

minasas y el colesterol han dejado de ser rarezas en las consultas de Pediatría.

Detrás de muchos de estos trastornos está el exceso de peso que acumulan los niños españoles. Nuestros pequeños aún no tienen los problemas de los niños estadounidenses, pero preocupa cómo aumenta la obesidad infantil. Hace 20 años sólo un 3 por ciento de los niños españoles tenía sobrepeso, hoy esta cifra se ha multipli-

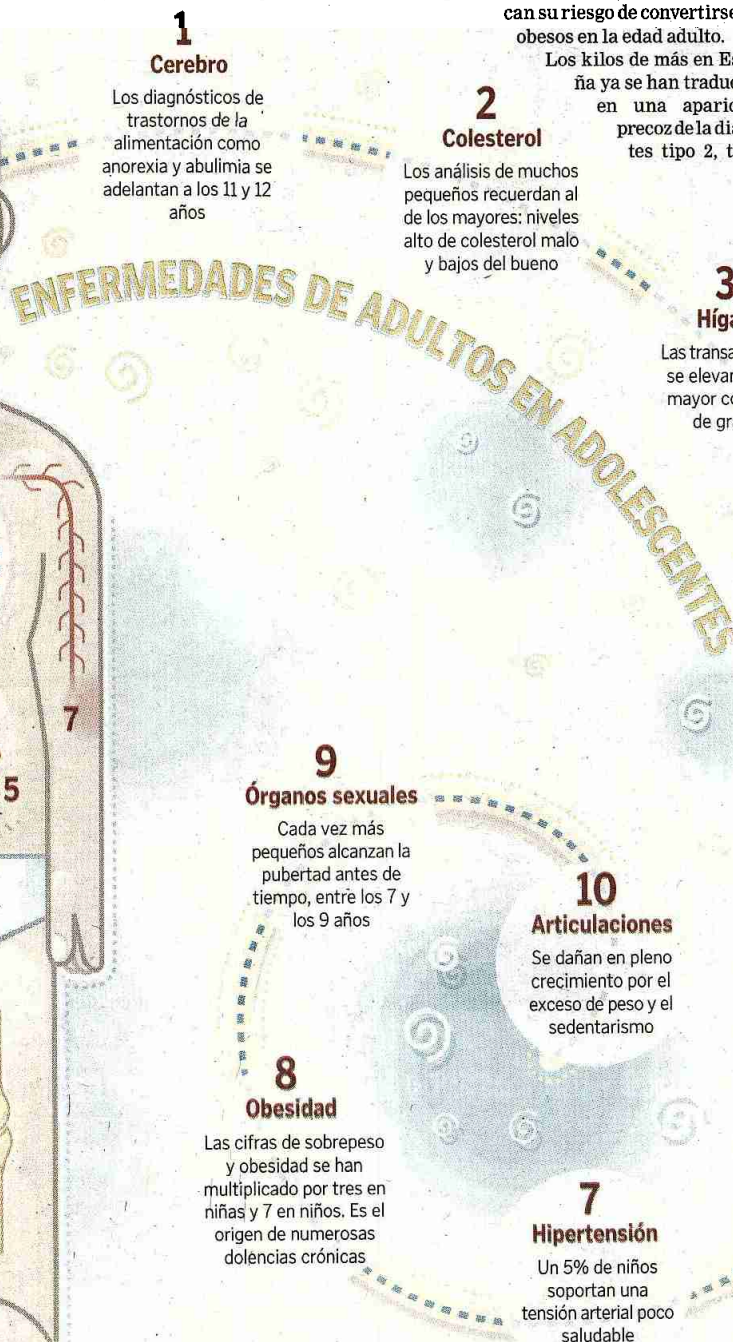
cado por tres en el caso de las niñas y por siete en el de los niños. La ganancia de peso empieza en los primeros años de vida. A partir de los 3-4 años se empiezan a diferenciar del peso de otros niños europeos del entorno y empieza a parecerse más a los americanos de Estados Unidos y México. Cuando llegan a los 12 años las diferencias respecto a los europeos son aún más importantes. Si no se ataja, estos niños duplican su riesgo de convertirse en obesos en la edad adulta.

Los kilos de más en España ya se han traducido en una aparición precoz de la diabetes tipo 2, tam-

bién conocida como diabetes del adulto. El propio ministro de Sanidad, Bernat Soria, ha advertido de que la enfermedad se estaba disparando en todas las edades. Y mostraba con preocupación un dato: la diabetes tipo 2 se está detectando a edades tan tempranas como los 12 años. Los estudios que maneja el Ministerio de Sanidad indican que el 10 por ciento de la población infantojuvenil tiene niveles de azúcar en sangre preocupantes.

Diabetes del adulto

La obesidad es uno de los responsables más poderosos de la aparición de la diabetes tipo 2. Había sido una enfermedad de adultos hasta que empezaron a ganar peso los niños. «Ahora no es un problema excepcional en España, pero tampoco llegamos a las cifras de los estadounidenses», apunta Jesús Argente, jefe del Servicio de Endocrinología del Hospital Niño Jesús. Lo que preocupa a los pediatras es



El exceso de peso y los malos hábitos de los chicos está detrás de los nuevos problemas de salud infantiles

La diabetes tipo 2, considerada del adulto, se empieza a diagnosticar a niños de 12 años

Los alimentos enriquecidos con calcio y el exceso de sal han multiplicado los casos de cálculos renales

el ascenso dramático de obesidad y su efecto en la salud al alcanzar la edad adulta. «Nos aproximamos a las cifras desafortunadas de Estados Unidos y las próximas generaciones serán adultos con peor estado de salud. El 90 por ciento de las patologías del adulto están relacionadas con el sobrepeso, desde problemas tan graves como el cáncer a otras más banales como el estreñimiento», apunta Lucrecia Prado, pediatra especialista en Nutrición del Hospital Ramón y Cajal de Madrid.

Arterias envejecidas

La salud del corazón se fija en la infancia. Las arterias de los menores más obesos acumulan placas de grasa que les hace más propensos a sufrir un ataque al corazón o un infarto cerebral a edades tan jóvenes como los 30 y los 40 años. Los análisis de muchos de estos pequeños recuerdan a los de cualquier mayor, con transaminasas disparadas, niveles alto de colesterol «malo» (LDL) y bajos del «bueno» o (HDL). Detrás de estas cifras hay demasiada comida precocinada y chucherías, pobres en nutrientes y ricas sal y grasas saturadas.

La tensión arterial también se ha convertido en una prueba necesaria y útil en las consultas de Pediatría. La hipertensión infantil ha aumentado en las dos últimas décadas, vinculada a la epidemia de obesidad y al sedentarismo de nuestros escolares. Se estima que un 5% de los niños y adolescentes tienen un riesgo elevado de tener la tensión a niveles poco saludables. Ese dato suele subir más al entrar en la adolescencia.

En la hipertensión no sólo cuenta el exceso de peso sino la presencia de sal, un aditivo na-



La británica Nicola McKeown posa con su hijo Connor, un chico que a los 8 años ronda los cien kilos de peso

tural que incorpora en exceso la comida preparada. Aumenta la tensión de las arterias y la presencia de cálculos renales.

Para gran sorpresa de muchos padres, las «piedras» en el riñón se diagnostican a edades tan tempranas como los 5 o los 6 años. Aunque no existen estudios formales sobre el número de casos, la impresión de los urólogos y nefrólogos es que están aumentando en los pacientes más jóvenes. En Estados Unidos, incluso algunos hospitales han abierto unidades específicas para el tratamiento de este trastorno. En los años 70-80 diagnosticar a un chico con una piedra en el riñón era excepcional, ahora la presen-

cia de chicos en las consultas no es inusual. La misma impresión se tiene en los hospitales españoles. «Hemos pasado de ver dos casos al año de cálculos renales a una decena», señala Pedro López Pereira, urólogo del Hospital La Paz, de Madrid.

En China muchos niños que bebieron leche contaminada con melamina, una sustancia química contaminante, desarrollaron cálculos renales. Aquellos casos fueron el resultado de una adulteración con un producto químico. Pero en los países occidentales, la presencia de cálculos renales está más relacionada con un aditivo legal, la omnipresente sal.

El exceso de sodio debe excretarse a través de los riñones, pero la sal se une al calcio en su salida, creando una gran concentración de calcio en la orina y en los riñones. El exceso de sales llega con la comida, las chucherías saladas, las comidas precocinadas y por el consumo de productos enriquecidos con calcio. Y también por el consumo de bebidas isotónicas pensadas para deportistas que se han convertido en un refresco para muchos chavales.

Los pequeños también tienen a beber poca agua. No porque no les guste sino porque no tienen tiempo en el colegio, sus visitas al baño están reguladas para no afectar a las clases

pero lo cierto es que a veces sólo beben durante las comidas.

Beber agua es la mejor forma de prevención, una medida que deben tener en cuenta los chicos con antecedentes familiares de cálculos renales.

Niños sin vesícula

Los cirujanos pediátricos también han dejado de sorprenderse cuando se encuentran a uno de sus pequeños pacientes con cálculos biliares. La solución ineludible es la extracción de la vesícula biliar, por lo que el número de niños que viven sin esta pieza del aparato digestivo empieza a crecer. «El incremento de casos es notable en los últimos diez años y casi siempre optamos por extraer la vesícula porque tarde o temprano nos dará problemas. La calidad de vida de estos niños no se resiente después», cuenta Francisco Olivares, jefe de Cirugía Pediátrica de La Paz.

Por una vez, ni la obesidad ni la mala alimentación están detrás de este problema. Los factores son diversos pero uno de ellos es el éxito de la Medicina. «Los niños prematuros que hoy se salvan por los avances en neonatología son un importante grupo de riesgo. Si hay problemas en la vesícula empieza a dar la cara a partir de los cinco años.

Un registro para conocer la pubertad precoz en España

La infancia se acorta en los países occidentales. Cada vez más niños y niñas alcanzan la pubertad antes de tiempo, entre los 7 y los 9 años, por razones que aún no están demasiado claras. Por qué se acorta cada vez más la infancia es aún un enigma, aunque existen numerosas teorías para explicar esta nueva tendencia. La más consolidada es la reciente explosión de obesidad infantil. La edad en la que la madre tuvo su primera menstruación, también es decisiva para pronosticar el desarrollo de las niñas.

Aunque los expertos tienen en cuenta otros aspectos, como el efecto de fenómenos de estrés o situaciones traumáticas y la mayor presencia de compuestos hormonales en el entorno. España participa en un ensayo europeo de la Sociedad Europea de Endocrinología para conocer el papel de los disruptores endocrinos, esas sustancias químicas presentes en alimentos, cremas, plásticos... capaces de alterar el sistema hormonal. El estudio terminará el próximo año y ofrecerá información valiosa. Jesús Argente, jefe del Servicio de Endocrinología Pediátrica del Niño Jesús también ha impulsado en España un Registro Nacional Epidemiológico, pionero en todo el mundo.