

Los médicos alertan del aumento de diabetes en niños por una mala dieta

La falta de ejercicio y comer en exceso provocan que el sobrepeso y la obesidad se disparen en la infancia

08.05.10 - 01:50 -

ÁNGEL ESCALERA aescalera@diariosur.es | MÁLAGA.

Los casos de diabetes tipo 2 (la del adulto y que en principio no hace falta inyectarse insulina) eran excepcionales en la infancia hace diez años. Ahora es cada vez más frecuente que niños y adolescentes sufran ese trastorno metabólico. Expertos asistentes al segundo Congreso de Diabetes (el término engloba la unión de diabetes y obesidad), que se inauguró ayer en el Palacio de Ferias y Congresos de Málaga, alertaron de este hecho, y dijeron que esos menores, cuando lleguen a la edad adulta, serán candidatos propicios para tener enfermedades cardiovasculares. Más de 600 expertos participan en este encuentro, que se clausurará hoy.

LOS DATOS

12%

es el porcentaje de pacientes diabéticos que hay en la provincia de Málaga.

50%

casi la mitad de la población española sufre sobrepeso u obesidad.

¿Qué ha pasado para que un padecimiento que era rarísimo en los niños esté creciendo tanto? La explicación es que la diabetes tipo 2 está asociada a la obesidad, y el porcentaje de niños y adolescentes con sobrepeso u obesidad ha crecido mucho. Las causas de ese hecho son que los chavales comen más de lo que necesitan y apenas hacen ejercicio físico, lo que impide que quemen las calorías sobrantes. El resultado es que engordan.

No ha tocado techo

El jefe del servicio de endocrinología del Hospital Clínico y coordinador del congreso, Francisco Tinahones, explicó ayer en una rueda de prensa que el 15% de los adolescentes españoles son obesos. De esa cifra, hasta el 4% podría padecer diabetes tipo 2. El doctor Tinahones recalcó que esa enfermedad se ha duplicado en los adultos en los últimos treinta años. Añadió que la suma del sobrepeso y la obesidad afecta ya a la mitad de la población. «Y es algo que todavía no ha tocado techo», aseguró. En ese sentido, indicó que la unión de diabetes y gordura favorece el incremento de las enfermedades cardiovasculares, sin olvidar que existen evidencias científicas de que ambos padecimientos son causantes de algunos tipos de cánceres, como los de endometrio, esófago, tiroides, colorrectal o páncreas.

Por su parte, el catedrático de medicina preventiva y salud pública de la Universidad Autónoma de Madrid, Fernando Rodríguez Artalejo, precisó que uno de cada cuatro menores hasta los 18 años sufre sobrepeso y el 10% presenta obesidad. En ese sentido, comentó que la mitad de los padres de esos niños no reconoce el problema de sus hijos ni percibe que el exceso de kilos es un peligro tanto en la infancia como posteriormente al llegar a la edad adulta. «Estamos

viendo cada vez más casos de niños con diabetes tipo 2, algo que antes era un fenómeno casi inédito. Eso nos dice que dentro de unos años habrá muchos más adultos con diabetes y obesidad», recalcó Rodríguez Artalejo.

Este experto subrayó que los menores ingieren más calorías de las que necesitan a diario, con un abuso de bollería industrial, bebidas azucaradas y de postres dulces. Si a eso se une que son muy sedentarios y que la mayoría de sus juegos los realizan sentados, sin apenas moverse, la consecuencia es la aparición de diabetes y obesidad, dos patologías que van juntas casi siempre. Para combatirlas, tanto Tinahones como Rodríguez Artalejo recomendaron una alimentación sana (comer menos) y practicar más ejercicio físico.

Un reto importante al que se enfrentan los médicos es que uno de cada tres diabéticos tipo 2 no está diagnosticado, es decir, desconoce su enfermedad y, por tanto, no pone medios para combatirla e impedir que vaya a más. Para detectar el padecimiento basta con un pinchazo en el dedo para saber el nivel de azúcar en sangre.

El problema de la obesidad y de la diabetes afecta a todos los países desarrollados. Según el doctor británico David Russell-Jones, la situación en Reino Unido, por lo que al sobrepeso y la obesidad se refiere, es más alarmante que la de España. A ese respecto, abogó por reducir la ingesta de alimentos y por combatir el sedentarismo.

Respecto a los nuevos tratamientos contra la diabetes, Francisco Tinahones se refirió a un fármaco que cumple una doble función: controla la glucemia y logra que el paciente baje de peso. «Podría ser un medicamento específico contra la obesidad», manifestó.