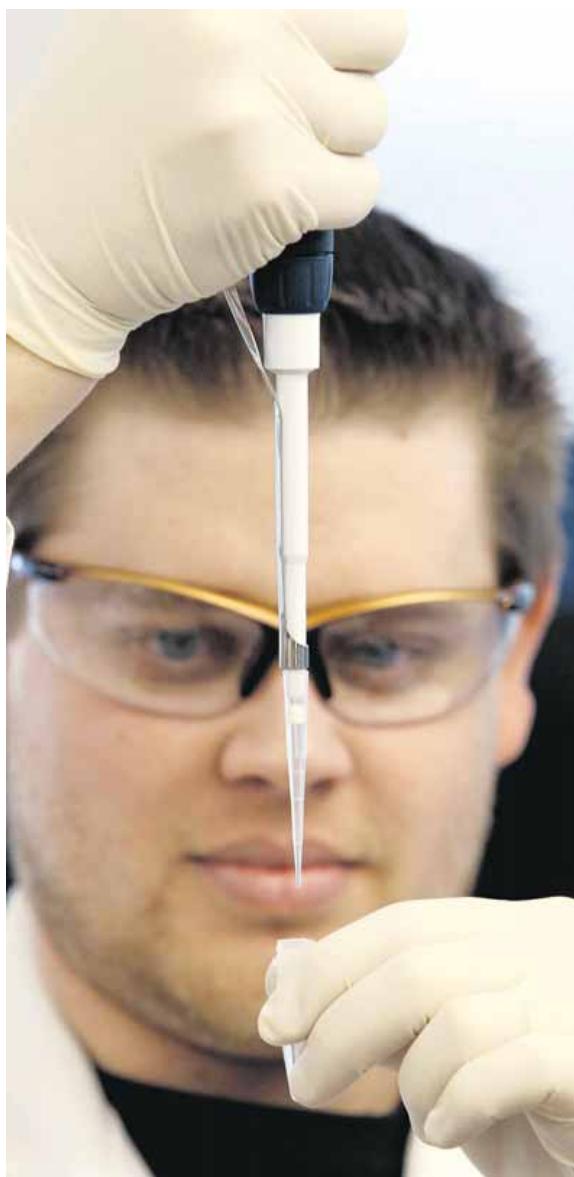




## Diabetes y obesidad, nueva epidemia por una dieta inadecuada y el sedentarismo



Un investigador sobre diabetes trabaja en su laboratorio. :: REUTERS

**Los expertos calculan que si desapareciera el sobrepeso se evitarían más del 20% de los infartos de miocardio**

### ■ RAQUEL SUÁREZ

**LA VERDAD.** Dentro de los factores de riesgo cardiovascular, la diabetes y la obesidad son dos patologías interrelacionadas que han adquirido características de epidemia global. Tanto es así que el 90% de los casos de diabetes ocurren en personas con sobrepeso. Ante esta situación, la Sociedad Española de Medicina Interna, SEMI, ha actualizado, en el marco de su Congreso Nacional que ha reunido a más de 2.000 expertos, los conocimientos en este campo para mejorar la atención a los pacientes diabéticos desde una perspectiva integral.

El congreso ha permitido una puesta al día de los últimos avances y novedades en el área de la Medicina Interna, al tiempo que ha facilitado la formación y el contacto entre profesionales, contribuyendo así a la mejora de las misiones básicas del médico: asistencial, docente, investigadora y de gestión, según indicó el doctor Saturnino Suárez, presidente ejecutivo del Comité Organizador.

Por su parte, el presidente de la SEMI, Javier García Alegria, destacó «el ambicioso programa de esta cita, en la que se han abordado temas como la calidad asistencial en los pacientes pluripatológicos y de edad avanzada, la patología cardiovascular (infarto, angina de pecho, insuficiencia cardiaca, diabetes, lipidos, hipertensión arterial o gota), las infecciones (neumonía, infección por el virus VIH, o tuberculosis), las enfermedades autoinmunes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, las enfermedades minoritarias, o las neoplasias». Los expertos reunidos en el congreso de la SEMI han constatado un incremento exponencial de los casos de diabetes tipo 2 y de

obesidad. «Las enfermedades crónicas, entre las que se encuentran la diabetes y la obesidad, se han convertido en el principal problema de salud a nivel mundial. El incremento exponencial de los casos de diabetes tipo 2 y de obesidad que se está produciendo tanto en los países industrializados como en los países en vías de desarrollo ha llevado a describir esta pandemia de diabetes como la epidemia del siglo XXI», señaló el doctor Ricardo Gómez Huelgas, coordinador del Grupo de Diabetes y Obesidad de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). La preocupación por la diabetes es tan grande que, en el año 2006, la ONU la declaró una amenaza potencial para la humanidad, pues los costes derivados de la atención a la diabetes y sus complicaciones pueden poner en peligro el desarrollo de los

países emergentes y comprometer la sostenibilidad financiera de los sistemas públicos de salud de los países desarrollados.

Las estimaciones para el año 2030 señalan que más de 300 millones de personas serán diabéticas, lo que supone que, en tres décadas, se dupliqueán los casos de diabetes en el mundo. El mayor incremento se producirá en países emergentes como China e India.

También en España la prevalencia de diabetes tipo 2 y de obesidad se ha duplicado en los últimos 25 años. Según un estudio reciente, casi el 14% de los españoles adultos padece diabetes, estando sin diagnosticar casi la mitad de los casos. Más del 60% de los adultos en España presentan sobrepeso y cerca del 20% de los españoles son obesos. Aún más preocupante es la alta tasa de obesidad infantojuvenil en España, que nos sitúa a la cabeza de los países europeos y presagia un marcado incremento de los casos de diabetes tipo 2 y de enfermedades cardiovasculares en el próximo futuro.

«Los pacientes diabéticos tienen, de promedio, una menor esperanza de vida que los no diabéticos debido a que tienen un mayor riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y otros procesos, como determinados tipos de cáncer. La diabetes es la responsable directa de 1 de cada 5 infartos y de 1 de cada 7 ictus», comentó el doctor Gómez Huelgas. Además, es la principal causa de ceguera, de insuficiencia renal y de amputación no traumática de las extremidades inferiores. «Por otro lado -añadió este experto-, se ha calculado que si desapareciera la obesidad, evitaríamos más del 20% de los infartos de miocardio».

El Grupo de Trabajo de Diabetes y Obesidad de la SEMI tiene en marcha diversos proyectos de investigación colaborativos y multicéntricos en diabetes y han participado en la elaboración de los principales consensos clínicos realizados en España.

**SOBRE LA 'DIABESIDAD'**

► **Pandemia.** El incremento exponencial de los casos de diabetes tipo 2 y de obesidad que se está produciendo tanto en los países industrializados como en los países en vías de desarrollo ha llevado a describir esta pandemia de diabetes.

► **En cabeza de la UE.** España se sitúa a la cabeza de los países europeos en obesidad infantojuvenil, lo que presagia un incremento de los casos de diabetes tipo 2 y de enfermedades cardiovasculares en el próximo futuro.

► **Aumento notable.** La diabetes es responsable directa de 1 de cada 5 infartos y de 1 de cada 7 ictus. En España, la prevalencia de la enfermedad se ha duplicado en los últimos 25 años.

► **Difícil futuro.** Las estimaciones para el año 2030 señalan que más de 300 millones de personas serán diabéticas.



Un hombre con sobrepeso, sentado en un banco de una calle. :: AP

## El drástico cambio en los estilos de vida fomenta el consumo de productos hipercalóricos

### ■ R. SUÁREZ

**LA VERDAD.** La pandemia de obesidad está ligada al drástico cambio en los estilos de vida que se ha producido en las últimas décadas con el desarrollo económico, según los expertos reunidos en el congreso de la Sociedad Española de Medicina Interna. El sedentarismo y los cambios en la dieta, especialmente un mayor consumo de productos calóricos ricos en grasas animales y azúcares, son los factores que contribuyen a un desequilibrio calórico que conduce a la obesidad. Igualmente, señalan que otro factor importante para

explicar la mayor prevalencia de diabetes en los países occidentales es el envejecimiento poblacional, dado que la tasa de diabetes se incrementa marcadamente con la edad. Por ello, desde una perspectiva de salud pública, la principal estrategia para la lucha contra la obesidad y la diabetes se basa (tal como recomienda la OMS) en el establecimiento de políticas y planes integrales de prevención, mediante la promoción de un estilo de vida saludable, con una vuelta a nuestra dieta mediterránea tradicional y el fomento del ejercicio físico, sobre todo en niños y jóvenes.

Para ello es necesario el esfuerzo conjunto de los poderes públicos, de la sociedad civil, el sector privado y los medios de difusión.

Asimismo, en los últimos años se han producido grandes avances en el desarrollo de nuevos fármacos antidiabéticos más eficaces y seguros que contribuirán a mejorar el control de la diabetes y a reducir sus complicaciones. En este sentido la SEMI está organizando diversas actividades como talleres, conferencias y mesas redondas para concienciar a los profesionales sobre este problema de salud pública.