



Dieta inadecuada y sedentarismo, causas de diabetes y obesidad

Las estimaciones para el año 2030 señalan que más de 300 millones de personas serán diabéticas. Por **El Día**



EL DÍA

El cambio en los estilos de vida ha derivado en la proliferación de estas enfermedades.

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) actualiza en el marco de su Congreso Nacional los conocimientos en este campo para mejorar la atención a los pacientes diabéticos desde una perspectiva integral.

“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 lle-

vado a describir esta pandemia de diabetes como la epidemia del siglo XXI”, señala el doctor Ricardo Gómez Huelgas, coordinador del Grupo de Diabetes y Obesidad de la 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 3 décadas se duplicarán los casos de diabetes a nivel mundial.

PREVALENCIA DE LA DIABETES

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.

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. El sedentarismo y los cambios en la dieta (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.