

## Expertos alertan del aumento de la obesidad como factor de riesgo cardiovascular

EFE MARBELLA

El aumento de la obesidad entre la población es uno de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares «que más preocupa», ya que alrededor del 15 por ciento de los españoles adultos son obesos y más del 40 por ciento tiene sobrepeso. Así lo destacaron ayer los especialistas reunidos en la primera jornada del XVI Congreso Nacional de la Sociedad Española de Arteriosclerosis, en el que hoy participará la ministra de Sanidad, Ana Pastor.

La variación de los hábitos alimenticios, con el incremento del consumo de productos grasos frente a los hidratos de carbono, así como el «elevado grado de sedentarismo» han provocado que aumente el porcentaje de población con problemas de obesidad, dijo el profesor de Nutrición y Dietética Alfredo Entrala.

Este se ha convertido en uno de los principales factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares -infarto de miocardio, angina de pecho o hemorragia cerebral- junto al colesterol, la hipertensión, el consumo de tabaco y la diabetes, explicó el doctor Pedro González, presidente del Congreso que se celebra en Marbella.

### Colesterol y tabaco

Explicó que las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de mortalidad en España, tal y como sucede en el resto de países occidentales, con más de 130.000 fallecimientos al año, más de cinco millones de hospitalizaciones y con Andalucía y Canarias como regiones con la tasa de mortalidad más alta del país.

Uno de cada dos españoles en edad adulta tiene colesterol, más del 40 por ciento de la población padece hipertensión arterial y alrededor del 36 por ciento es fumadora, según González, que añadió que las enfermedades cardiovasculares se manifiestan más en los hombres y a una edad más temprana que en las mujeres, cuyo riesgo aumenta con la menopausia.

### Los casos de diabetes

Respecto a la diabetes, su prevención está relacionada con la obesidad, dijo el médico Internista del hospital Clínico de Málaga Pedro Valdivielso, que citó un estudio que concluye que la pérdida de entre siete y diez kilos de peso entre la población obesa, además de la práctica de ejercicio durante dos horas a la semana, podría reducir los casos a la mitad. «No se trata sólo de hacer ejercicio, sino de llevar una vida más activa, moverse más», apuntó el especialista en medicina del Deporte Carlos de Teresa