

—> **ROBERTO PÉREZ ÁLVAREZ**  
**Jefe del Servicio de Medicina Interna del Meixoeiro**

## “El 75% de los obesos lo son desde niños”

C. Q. / VIGO

**R**oberto Pérez Álvarez (49 años) lleva al frente del Servicio de Medicina Interna del Meixoeiro desde 1990. Además, es uno de los dos coordinadores del curso “Enfermedad Cardiovascular: Factores de Riesgo”, que se desarrolla en el Centro Social Caixanova hasta el viernes.

- **¿Qué es lo que se pretende con este curso médico?**

- Desarrollar un área de conocimiento sobre los factores de riesgo cardiovascular.

- **¿Este tipo de enfermedades son la primera causa de muerte en España?**

- Es la más frecuente; representa más del 40 por ciento de las muertes. Galicia está en la media. Afectan con mayor frecuencia a los varones que a las mujeres, a nosotros los infartos de miocardio, y a ellas las trombosis cerebrales. Además, las dolencias cardiovasculares se han incrementado en los últimos años, debido al aumento de los factores de



Roberto Pérez. / CAMERFIELD

riesgo, y al mal control sobre dichos factores. Se diagnostican poco, o no se alcanzan los objetivos terapéuticos, bien porque no se hayan detectado o no se sigan los tratamientos.

- **¿A qué tipo de factores se refiere en concreto?**

- Al margen de la edad, que es uno que no podemos alterar, y que es causal, está el fumar, la tensión arterial, el

colesterol, la diabetes, la obesidad y el sobrepeso y el sedentarismo. Hay otros factores, evidentemente, genéticos, etcétera, pero estos son condicionantes. La obesidad y el sedentarismo ya son factores causales de enfermedades cardiovasculares para especialistas norteamericanos.

- **¿Cómo evitar esto?**

- Pues con una alimentación cardiosaludable, basada en frutas, verduras, legumbres y pescado; y evitar las grasas saturadas y hacer ejercicio con frecuencia.

- **La obesidad infantil, ¿cómo afectará a los enfermos cuando sean adultos?**

- Actualmente la obesidad infantil es de un ocho por ciento, y sigue creciendo. El 75 por ciento de los obesos durante la infancia siguen siéndolo en edad adulta. Es una desgracia, y está en relación con los malos hábitos de alimentación y no practicar ejercicio. Los niños tienen que jugar al fútbol en la calle, no en el ordenador.