

## **El 90 por ciento de los diabéticos tipo II es obeso, según la Asociación Catalana de Diabetes**

**La Sociedad publica una guía de recomendaciones nutricionales para el paciente diabético dirigida a profesionales y defiende la dieta como intervención prioritaria al aplicar tratamiento a dichos pacientes.**

L.S., Barcelona.- La adopción de hábitos de vida considerados por los expertos como "poco saludables", tales como el sedentarismo o una mala alimentación a base de alimentos ricos en grasas saturadas, está dando como resultado el incremento de patologías como la diabetes, una dolencia que actualmente "afecta al 10 por ciento de la población", tal y como ha apuntado la doctora Assumpta Caixàs, endocrinóloga del Hospital de Sabadell (Barcelona) y miembro de la Asociación Catalana de Diabetes (ACD). Esta experta matiza, además, que "el 90 por ciento de todos los casos de diabetes se debe a diabetes tipo II" y que, de éstos, otro "90 por ciento son personas con obesidad".

La estrecha relación que los especialistas atribuyen a la obesidad y la diabetes ha llevado a la Asociación Catalana de Diabetes a considerar la modificación de la dieta como una "intervención prioritaria en el tratamiento de dicha patología", tal y como ha señalado el presidente de la Asociación, el doctor Enric Esmatjes, en declaraciones a EL MEDICO INTERACTIVO.

Bajo esta consideración, ACD ha publicado "el primer libro que se edita en el conjunto del Estado con recomendaciones nutricionales para pacientes diabéticos dirigido a profesionales", explica la doctora Caixàs, coordinadora del libro. Según el doctor Esmatjes, "se trata de un volumen que recoge y adapta todas las recomendaciones que se han formulado a nivel internacional sobre la dieta del paciente diabético y las traduce de forma práctica para facilitar la prescripción del especialista". Así, la fuente básica de información ha sido, como reconocen sus responsables, las recomendaciones emitidas desde la American Diabetes Association (ADA), "pero también hemos tenido en cuenta las propuestas de sociedades europeas de diabetes, sociedades de pediatría,...", añade Assumpta Caixàs.

Entre otros aspectos, estas recomendaciones contemplan una dieta en la que el 45-60 por ciento del total de la ingesta debe constituirse por carbohidratos, un 30 por ciento por lípidos y entre un 15 y un 20 por ciento por proteínas. Según la coordinadora del libro, "se podría sobrepasar la dosis de carbohidratos, pero sólo a expensas de tomar grasas monoinsaturadas como, por ejemplo, las que contiene el aceite de oliva".

Que se cumplan estas recomendaciones, sin embargo y como asegura la doctora Caixàs, "implica una participación activa del paciente", un paciente que, en su opinión, "como más mayor es, más vicios tiene y más difícil nos resulta a los profesionales cambiar sus hábitos dietéticos".

Esta publicación, disponible actualmente en catalán, será traducida al castellano "antes de finalizar el año", en palabras de Caixàs, con la colaboración de la Sociedad Española de Dietistas-Nutricionistas y Laboratorios Novartis.