

## Más del 50 por ciento de los gaditanos padece sobrepeso

JOAQUÍN BENÍTEZ

CÁDIZ. "En Cádiz sabemos que existe una prevalencia de sobrepeso y obesidad que afecta a entre un 50 y un 60 por ciento de la población". Así comenzaba el doctor Florentino Carral San Laureano, facultativo del servicio de endocrinología del hospital Puerta del Mar, volcado especialmente en labores relacionadas con la nutrición.

El doctor Carral comenta al respecto que ésta se considera una tasa demasiado alta. Y lo peor, según el especialista, es que ya se detecta una presencia del factor sobrepeso en la población infantil que devendrá en los próximos años en un "verdadero problema de salud, porque sabemos que el 80 por ciento de los niños obesos son obesos adultos". Esta situación deviene casi siempre en enfermedades cardíacas cuyo riesgo de mortalidad es muy alto.

Según Carral, el elevado sedentarismo es uno de los factores que propicia la aparición de la obesidad y el sobrepeso, unido al elevado consumo de alimentos hipercalóricos y al progresivo alejamiento de la dieta mediterránea.

Florentino Carral recuerda que fueron los investigadores norteamericanos los que descubrieron que una dieta rica en legumbres, verduras, frutas y un consumo moderado de alcohol y aceite de oliva, o sea la dieta mediterránea, estaba especialmente ligado a un menor índice de enfermedades cardíacas.

En la moderación está el secreto. Carral, en nombre del eficaz equipo de nutricionistas con los que cuenta el Puerta del Mar, dedicado también a la gestión de las distintas dietas del centro bajo la tutela del jefe de servicio de endocrinología, el doctor Aguilar, intenta transmitir durante estas fiestas la idea de la moderación. Fundamentalmente a aquellas personas que padecen enfermedades crónicas, individuos con sobrepeso, obesidad o diabetes, colesterol alto, enfermedades cardiovasculares o padecimientos que afectan directa o indirectamente a las articulaciones. "Moderación porque las transgresiones dietéticas favorecen un deterioro de sus enfermedades e incluso una mayor aparición de descompensaciones" que pueden decantarse en dramáticas consecuencias. De hecho, el doctor Carral confiesa que se hace difícil en la consulta esa especie de cuestas de enero en la que sus pacientes llegan con sus indicadores totalmente desnortados. "Las enfermedades no tienen vacaciones y si durante esos períodos comemos más y bebemos más alcohol se verá reflejado en los indicadores de las enfermedades que padecemos". Los facultativos se ven obligados ahora, en estos primeros meses, a reconducir los tratamientos. "Los pacientes nos piden unos días de descanso y les contestamos que la palabra es moderación".



**jorge zapata**

VIGILANDO LA ALIMENTACIÓN.  
Varios miembros del equipo de nutricionistas, en la cocina del Puerta del Mar.

**Florentino Carral San Laureano. Especialista en endocrinología y nutrición**

## **Una labor asistencial, investigadora y de formación**

J.B.M

CÁDIZ. Florentino Carral San Laureano es otro de los *productos* de Cádiz. A sus 33 años cuenta ya con un recorrido dentro de la medicina que le augura un acelerado éxito en el desarrollo de su profesión. Formado en Cádiz, hizo la residencia en el Puerta del Mar y pertenece a la formación 1996-2000. Aprendió con el doctor Aguilar, "con el que tuve la suerte de seguir trabajando posteriormente en este centro". Aunque en la actualidad pertenece al servicio de endocrinología, desarrolla labores relacionadas con la nutrición hospitalaria a la vez que lleva algunas consultas externas de endocrinología.



Destaca su labor investigadora relacionada con varios temas, entre los que se encuentra un estudio sobre costes económicos de los diabéticos que centró su tesis doctoral. En su guía de trabajo, el doctor Carral indica que intenta plasmar en dinero la atención al paciente con diabetes y trata de aclarar cuáles pueden ser los factores que influyen en que la atención al paciente con diabetes sea más o menos cara.

Otras líneas de investigación apuntan por ejemplo a trabajos sobre atención al paciente con nutrición parenteral o al padecimiento de la diabetes tipo uno o también llamada diabetes del joven. Florentino Carral quieren destacar con precisión que tanto su labor como la del resto de compañeros no es sólo asistencial, son que se extiende a trabajos de investigación y docencia.