

SALUD PÚBLICA

Casi la mitad de las diabetes que se diagnostican a niños y adolescentes son debidas a la obesidad

El sobrepeso, la mala nutrición y el sedentarismo reducen la acción de la insulina

EL PAÍS, Barcelona
La diabetes tipo 2, conocida hasta hace poco tiempo como diabetes del adulto porque prácticamente sólo la padecían los adultos, ha aumentado de forma significativa entre los niños y adolescentes de todo el mundo en los últimos 15 años. Y puesto que esta forma de diabetes está relacionada con el exceso de peso, la causa de este aumento parece clara: el crecimiento incesante de la obesidad infantil.

La obesidad es un factor de riesgo para el desarrollo de una gran variedad de complicaciones médicas. Entre los adultos ya se ha registrado un incremento de dichas enfermedades asociadas, incluyendo la diabetes tipo 2. Lo sorprendente es que ahora casi la mitad (45%) de las diabetes que se diagnostican en los niños y adolescentes son ya del tipo 2, según un estudio que se publica en el último número de *The Journal of Pediatrics*.

El aumento de peso, la nutrición deficiente y la falta de ejercicio físico reducen la acción de la insulina —la hormona que permite que el azúcar penetre en las células, donde se puede utilizar como energía— y causan una alteración denominada resistencia a la insulina. Al principio, el cuerpo compensa la resistencia aumentando la producción de insulina.

Sin embargo, con el tiempo, la capacidad del páncreas para incrementar la producción no se mantiene y el azúcar en sangre empieza a aumentar, provocando finalmente una diabetes tipo 2. Se estima que el 25% de los niños obesos ya presentan resistencia a la insulina.

Las conclusiones de Orit Pinhas-Hamil, del Centro Médico



Dos niñas, ante una máquina expendedora de bebidas. / JOAN SÁNCHEZ

Sheba de Israel, y Philip Zeitler, de la Universidad de Colorado (EE UU), se basan en la revisión de los principales estudios sobre la diabetes tipo 2 en niños y adolescentes entre 1978 y 2004. Aunque la evaluación se limita a datos publicados, descubrieron que la diabetes de tipo 2 representa un 45% de todos los casos diagnosticados entre adolescentes. Los autores citan porcentajes más elevados en zonas como Nueva York, Taiwan, Nueva Zelanda y Canadá.

El incremento de los porcentajes entre ciertos grupos étnicos es especialmente sorprendente. Por ejemplo, un 80% de los nuevos casos de diabetes pediátrica en Ja-

pón. Los indios pima, del centro de Arizona, presentan el índice más elevado registrado en el mundo de diabetes tipo 2 en adultos, además de unas altas tasas de obesidad. Los autores observan que existe un estrecho vínculo entre la tasa de diabetes de tipo 2 entre adultos de una población específica y su aparición en niños y adolescentes.

Esta revisión de los estudios médicos sobre diabetes tipo 2 en niños y adolescentes subraya que esta enfermedad relacionada con la obesidad se está convirtiendo rápidamente en un grave problema global. La aparición de estas alteraciones entre niños y adolescentes pone énfasis en el grado

en que se han deteriorado los estilos de vida y la urgente necesidad de desarrollar estrategias para revertir estos cambios, según los autores.

Aparte de los factores genéticos, el sedentarismo y la alimentación inadecuada son las dos principales causas de la obesidad infantil. Y entre los elementos de la dieta, el consumo excesivo de bebidas azucaradas puede ser un factor importante, según otro estudio publicado en la misma revista. Por las abundantes calorías que contienen los refrescos azucarados de frutas, la Academia Americana de Pediatría sostiene que pueden conducir a la obesidad y debe limitarse su consumo.