

Expertos reclaman medidas preventivas para atajar la evolución de la obesidad en España y evitar una situación similar a la de EE.UU.

Según datos manejados en el último Congreso de la SEEDO, en el país norteamericano la tasa de obesidad es del 25 por ciento, y 60 de cada 100 estadounidenses tienen sobrepeso, mientras que en España, un 15 por ciento de la población es obesa y un 38 por ciento padece sobrepeso

Redacción, Madrid.- "En España llevamos el mismo camino que en Estados Unidos con el problema de la obesidad, donde se ha desbordado y está descontrolado", según palabras del doctor Bartolomé Burguera, encargado de pronunciar la conferencia de clausura del recién celebrado VII Congreso Nacional de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO).

El doctor Burguera, que durante 15 años ha trabajado en los Estados Unidos y que ha dirigido el Centro de Obesidad de Pittsburg se mostró convencido de que "si no se llevan a cabo medidas preventivas urgentes, en menos de 10 años la obesidad en España alcanzará una situación similar a la que vive hoy Estados Unidos. "No hay tiempo para calcular o estimar posibles resultados, hay que actuar", tal como advirtió.

Actualmente, se estima que en Estados Unidos la tasa de obesidad es del 25 por ciento, afectando el sobrepeso a 60 de cada cien norteamericanos. En España las cifras de prevalencia son algo inferiores: un 15 por ciento de los españoles son obesos y un 38 tienen sobrepeso, pero las circunstancias contextuales "se asemejan bastante a lo que está sucediendo en los Estados Unidos", según insistió este experto.

"En nuestro país –prosiguió– el problema es que las perspectivas son nefastas: se ha multiplicado demasiado rápido la tasa de obesidad en la población general, mientras que la infantil se ha triplicado en una década".

La escasa actividad física, el excesivo consumo de calorías por comida (de media 300 calorías más por persona/día que hace 10 años) y la pérdida de los patrones principales de la dieta mediterránea son los factores que más están favoreciendo la extensión de la epidemia de la obesidad en España.

Para hacer frente de una manera eficaz a esta grave situación, la adopción de soluciones no debe ser coyuntural o puntual. Tal y como recomendó el doctor Burguera, "en Norteamérica se ha hecho un gran esfuerzo por implantar medidas educativas sobre hábitos alimentarios, por fomentar el ejercicio y por evitar comidas excesivamente calóricas. Sin embargo, los resultados están siendo muy limitados, puesto que se ha llegado tarde. Es preciso un abordaje precoz, multidisciplinar, urgente y agresivo del problema".

Además, "comer bien y comer sano, es caro, por lo que hay que plantearse poner tasas a la comida basura y rebajar el precio de los alimentos más ricos nutritivamente", concluyó este endocrinólogo.