

Diabetes y obesidad

La Diabetes Mellitus y la obesidad, las epidemias de los países desarrollados

El cambio en los hábitos de vida y el envejecimiento poblacional incrementan la prevalencia

En España, la Diabetes Mellitus constituyen la tercera causa de mortalidad en las mujeres y la séptima en los varones. Cifras notablemente influidas por el aumento de los casos de obesidad en el país, una enfermedad que afecta a 14% de la sociedad y una de las causa por la cual, los pacientes diabéticos serán más numerosos en los próximos años. A día de hoy, ambas enfermedades son un problema de salud pública.

· Redacción - 06/04/2006

En el año 2030 habrá **366 millones de diabéticos** en todo el mundo, y la mayoría de ellos padecerán Diabetes Mellitus 2 (DM2), así lo prevé la Organización Mundial de la Salud (OMS), que considera que esta enfermedad ha alcanzado dimensiones de auténtica epidemia en los países desarrollados. Este preocupante incremento se atribuye, principalmente, al crecimiento y envejecimiento de la población, así como al hecho de que haya más casos de obesidad y se haga menos ejercicio.

La DM es una patología **caracterizada por la hiperglucemia** como resultado de defectos en la secreción de insulina. Quienes la padecen pueden tener complicaciones que deriven en enfermedades coronarias, ceguera, problemas renales o complicaciones en los embarazos, sobre todo si no siguen el tratamiento adecuadamente.

Constituye la **tercera causa de muerte en las mujeres** españolas y **la séptima en los varones**, y es considerada uno de los principales problemas de salud mundial por su alta prevalencia y su elevado coste económico. Y parece que la cosa no va a mejorar, más si se tiene en cuenta, que cada vez son más los españoles que comen peor. O al menos así lo confirman los datos que señalan que alrededor de **un 14% de la población adulta (sino más), es obesa**. Las estimaciones, según las encuestas nacionales de salud, demuestran que esta tendencia es más frecuente en las mujeres, se incrementa con la edad y se reduce al aumentar el nivel de educación. En relación a la población infantil, sigue siendo un factor preocupante, ya que el número de niños obesos sigue incrementándose, lo cual indica que la mejora a largo plazo no es muy previsible.

Obesidad y situación económica

Y es que, mientras que en los países subdesarrollados es la desnutrición lo que acaba con un alto número de vidas, en países como España la obesidad deja alrededor de **28.000 defunciones**, y se prevé que estos datos sigan creciendo, en la medida en que sus principales factores de riesgo son inherentes a los estilos de vida modernos: la dieta occidental (caracterizada por la elevada ingesta de grasas y calorías que implica) y el sedentarismo.

Por otro lado, hace poco se ha conocido una relación cuanto menos sorprendente, entre enfermedades como **la DM2 y la obesidad, y el bajo nivel socioeconómico**, y es que, varios estudios han demostrado que entre las personas más desfavorecidas social y materialmente, peor es el control de patologías como estas, mayor es su frecuencia y más frecuentes los factores relacionados con las mismas.

En este sentido, los autores del informe SESPAS 2006 destacan la necesidad de **priorizar la reducción de las desigualdades en las políticas de salud** dirigidas a amortiguar la morbimortalidad de la Diabetes Mellitus, y en el caso de la obesidad, la aplicación de la Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (NAOS), elaborada por el Ministerio de Sanidad y Consumo a instancias de la OMS, con propuestas de acción concretas en cuatro ámbitos de actuación: familiar y comunitario, escolar, empresarial y sanitario.