

Médicos alertan niños obesos corren más riesgo de sufrir diabetes

El investigador de la dieta y el corazón de la Universidad de Tufts en Boston José María Ordovás afirmó hoy que 'los niños obesos tienen más del doble de posibilidades de sufrir la diabetes tipo dos', la que no es congénita, y que este riesgo sería nulo 'con una dieta y un estilo de vida saludables'.

Ordovás compareció ante la prensa, junto con el doctor Juan Antonio Paniagua, del servicio de Endocrinología del Hospital Reina Sofía, para presentar el III Curso de Actualización en el Síndrome de Resistencia a la Insulina, en el que se debatirán los factores de riesgo, entre ellos la diabetes, que pueden desencadenar patologías cardiovasculares.

El miembro de la Universidad de Tufts dijo que 'en países del Norte están estudiando cuál es la mejor dieta' cuando en España ya se tiene la certeza de que 'la más saludable es la mediterránea'.

Así, alertó de que abandonar la dieta mediterránea por otra con más grasas puede provocar una resistencia a la insulina que se dispensa a los enfermos de diabetes, tal y como ocurre en Asia, donde la diabetes está subiendo más y a edades más tempranas que en Occidente desde que abandonaron su alimentación baja en grasas.

El doctor Paniagua manifestó que 'un estilo de vida insalubre, la sobrenutrición y el sedentarismo favorecen que el organismo genere una resistencia a la insulina que puede derivar en diabetes', que predispone al individuo a sufrir patologías cardiovasculares, la primera causa de mortalidad en España.

La diabetes tipo dos, cuyo tratamiento se encuentra completamente implantado en el centro del Reina Sofía, afecta a entre el 6 y el 8 por ciento de la población general y entre el 20 y el 30 por ciento de las personas mayores de 30 años.

Por su parte, el jefe de servicio de Medicina Interna del Reina Sofía, Francisco Pérez Jiménez, habló de las ventajas del aceite de oliva, que representa el 20 por ciento del consumo calórico de una persona, así como de los beneficios del aceite más allá del descenso del colesterol.