

"La diabetes provocará una catástrofe sanitaria"

El doctor Alfredo Michán habla sobre el riesgo vascular como principal causa de muerte en la provincia y disminución de esperanza de vida

A. CALA

JEREZ. Si usted fuma, no hace ejercicio, no lleva una dieta sana, está algo gordito y encima, vive en Cádiz, tiene más papeletas que el resto de los españoles de tener enfermedades cardiovasculares. Así lo afirmó el doctor Alfredo Michán, y que ya puso de manifiesto un estudio del doctor Benach de la Universidad Pompeu i Fabra, en una conferencia ofrecida esta semana en la Academia San Dionisio.

Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en el mundo occidental y particularmente en España. Aunque en nuestro país hay una baja incidencia, una de las razones de que la población viva más, en Cádiz estas enfermedades ya no sólo no están declinando, sino que están aumentando. A esta provincia hay que sumar Sevilla y Huelva, donde existe también un exceso de defunciones por estas causas. Las causas principales del concepto de riesgo vascular son el tabaco, la hipertensión y el colesterol.

Michán, para acercarse a este concepto, hizo un recorrido previo por la historia y apuntó que en los años 40 del siglo XX, en Europa se extendió el consumo de tabaco en la población y las personas se morían de infarto. Curiosamente, una de las primeras en darse cuenta de esto fue la compañía americana de seguros 'Metropolitan Life', que cobraba más primas a las personas que tenían la tensión arterial alta. Hubo una serie de médicos que intuyeron que la arteriosclerosis podía estar provocada por muchas causas y trataron de averiguarlas. Para ello desarrollaron un estudio epidemiológico denominado Estudio de Framingham (ciudad de Massachusset en la que sus habitantes son muy estables, no se mudaban normalmente). Lo que hicieron fue hacer un seguimiento a varias personas y al cabo de los años descubrieron que estos factores nombrados con anterioridad, provocaban un alto porcentaje de riesgo vascular. Hoy en día continúan estas investigaciones, dirigidas por un español.

Michán destacó en su conferencia que el tabaco es la principal causa de muerte evitable en el mundo, con respecto a numerosas enfermedades, "y en Cádiz hay mucho hábito tabáquico".

Michán habló también de la tensión arterial y del colesterol, y destacó que su estudio fue más complicado ya que al principio no se sabía que había colesterol malo y bueno. El gran error de los médicos fue el no recomendar aceite de oliva, ni el pescado azul, que son del todo beneficiosos. El primer estudio que demostró que la disminución del colesterol era eficaz para rebajar la incidencia de infarto fue el '4s', escandinavo y que a través de la administración de la sinvastatina, se reducía la incidencia de infarto en 1/3. "No a todo el mundo hay que darle pastillas ya que muchas personas pueden bajar sus riesgos por sí solas. Ya que la tensión se puede bajar si se hace ejercicio, si se hace dieta se baja el colesterol malo y aumenta el bueno. La clave es modificar la forma de vida. Elegir otra forma de vivir. El paciente es co partícipe de decisiones que afectan a su vida", apuntó Michán.

Aunque la esperanza de vida sea mayor que nunca, como dato curioso Michán apuntó que según un registro de 2003, los niños nacidos recientemente en Inglaterra van a vivir menos que sus padres porque van a ser más gorditos.

"La epidemia de la obesidad y la diabetes – dijo Michán– donde más se está dejando notar es en España. No va a haber gasto sanitario para controlarlo, va a ser una catástrofe y va a conllevar una disminución importante de la esperanza de vida. Tú eres lo que tú comes".