

# La diabetes tipo 2 se ha incrementado en los adolescentes un 40% en sólo 15 años

**El síndrome metabólico afecta al 25% de la población y a la mitad de los obesos**

MAYKA SÁNCHEZ - Madrid - 28/06/2005

<http://www.google.com/reader/link?url=http://www.elpais.com/articulo/salud/diabetes/tipo/ha/incrementado/adolescentes/solo/anos/elpepusocal/20050628elpepisa/3/Tes&title=La+diabetes+tipo+2+se+ha+incrementado+en+los+adolescentes+un+40%25+en+s%C3%B3lo+15+a%C3%B1os>

La obesidad y el sedentarismo condicionan la aparición de resistencia a la insulina, que supone un estado prediabético y es además el denominador común del llamado síndrome metabólico, una situación peligrosa porque reúne varios factores de riesgo cardiovascular. El síndrome metabólico afecta a la mitad de los obesos y hasta el 25% de la población general de los países industrializados y se caracteriza porque presenta al menos tres factores de riesgo cardiovascular. Uno de ellos es la resistencia a la insulina y los otros dos pueden ser alguno de los siguientes: hipertensión, colesterol alto y alteraciones de los lípidos, obesidad, sedentarismo o tabaquismo.

El síndrome metabólico implica resistencia a la insulina y otros dos factores de riesgo cardiovascular, como obesidad o hipertensión

El crecimiento del síndrome metabólico en los niños se debe a los cambios negativos en los hábitos dietéticos y de actividad física

La resistencia a la insulina puede evolucionar hacia una diabetes de tipo 2, antes llamada del adulto, por aparecer generalmente a partir de los 40 años. De hecho, el 80% de los diabéticos tipo 2 presenta síndrome metabólico. Pero cada vez es menos una diabetes del adulto. Los expertos reunidos en Madrid en el último congreso de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) destacaron que "las sociedades opulentas han hecho que en los últimos 15 años la diabetes tipo 2 se haya incrementado el 40% en la población adolescente y cada vez sea más frecuente en los niños obesos".

Basilio Moreno, copresidente del congreso de la SEEN y presidente de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO), advierte de que cada vez es más común ver en las consultas niños obesos con problemas de resistencia a la insulina, esto es, un estado prediabético.

Del mismo modo, cada vez es más frecuente el síndrome metabólico en niños y adultos. "Asistimos a un incremento en los niños de la obesidad asociada a hipertensión y alteraciones de los lípidos y se está observando un notable aumento del número de niños con diabetes tipo 2 o del adulto. Todo ello lleva aparejado que la obesidad está condicionando en los países desarrollados una alta frecuencia de síndrome metabólico, especialmente en niños y adolescentes. El sedentarismo y una dieta inadecuada y rica en alimentos hipercalóricos, como azúcares y grasas saturadas, y pobre en frutas y verduras

son los principales responsables de esta situación", explica Moreno.

Los expertos reunidos en este congreso advirtieron de que la obesidad infantil se ha duplicado en España en los últimos 10 años, hasta alcanzar una prevalencia del 13,9%. Alertaron además de que va acompañada de un aumento significativo de otros factores de riesgo cardiovascular, especialmente diabetes tipo 2 y alteraciones de los lípidos.

En palabras de los endocrinólogos, una tercera parte de los niños obesos lo serán también en la edad adulta y "este exceso de peso tendrá más consecuencias perniciosas que si se hubiese adquirido a edades posteriores". Para Susana Monereo, jefa de la sección de Endocrinología y Nutrición del hospital Universitario de Getafe (Madrid), el aumento del síndrome metabólico en niños, adolescentes y adultos es una "consecuencia nefasta de los cambios negativos en los hábitos de alimentación y de actividad física de los últimos años en los países desarrollados".

De hecho, la importancia de este síndrome viene acentuada por su prevalencia en la población general, ajustada por edades, que en España es del 15,5% al 19,3%, y del 23,7% en países como Estados Unidos, donde la obesidad es tan frecuente.

"El reto que tenemos planteado ahora es revertir ese cambio cultural y retroceder en el tiempo para retomar las sanas costumbres perdidas, especialmente nuestra dieta mediterránea", aseguró José Manuel Fernández-Real, endocrinólogo del hospital Josep Trueta de Girona.