



El grado cultural de una persona se relaciona con su salud. Así, los individuos con estudios primarios tienen cuatro veces más riesgo de padecer obesidad que los licenciados universitarios, lo cual repercute también en la diabetes.

Esta es una de las cuestiones que se constatan en el *Estudio Pizarra*, un trabajo de investigación llevado a cabo por profesionales del servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Regional Carlos Haya a través del que se siguió el estado de salud de 1 mil 250 habitantes de ese pueblo, con edades comprendidas entre los 18 y los 65 años, desde 1994-95.

El director del estudio y jefe del servicio de endocrinología, Federico Soriguer, ha explicado que este trabajo se ha encargado de analizar la salud de la población de esa localidad y ver la conexión existente entre los hábitos de vida y los trastornos metabólicos y endocrinológicos.

La Academia Malagueña de Ciencias concedió recientemente el Premio Málaga de Investigación 2012, en su modalidad de Ciencias, a este estudio. El doctor Soriguer ha indicado que ese trabajo prospectivo revela que el grado de estudios de una persona repercute en su salud. Cuanto mayor formación se tiene, menos riesgo hay de padecer obesidad o hipertensión, ya que se lleva un estilo de vida más saludable.

Asimismo, se ha demostrado que la diabetes tipo II es una enfermedad social y cultural, muy ligada a la obesidad y el sedentarismo. Para que un individuo esté sano o enferme hay dos aspectos fundamentales que lo determinan: el genético y el social.

La investigación ha permitido determinar que la prevalencia de la diabetes es del 13.5 por ciento y saber el número anual de nuevos pacientes diabéticos. Igualmente, se ha demostrado que los habitantes de esa localidad malagueña que toman aceite de oliva desde 1995 tienen menos riesgo de padecer obesidad, diabetes e hipertensión.

Otro factor que induce a tener la tensión alta es consumir aceite reutilizado en freidoras eléctricas. Lo más recomendable es freír los alimentos en una sartén tradicional y hacerlo con aceite de oliva. Federico Soriguer dijo que lo más destacado de ese estudio, además de haber hecho un seguimiento de esas 1 mil 250 personas durante quince años es la importante información aportada sobre los hábitos de vida y su relación con la salud.

Así, se sabe, por ejemplo, que el consumo de aceite de oliva previene el estrés biológico y que quienes toman leche y productos lácteos son menos propensos a la diabetes tipo II.

*"Este estudio ha sido posible gracias a la generosidad de los habitantes de Pizarra y ha confirmado que en España se pueden hacer las cosas bien "*, ha recalcado Federico Soriguer.

Fuente: diariosur.es