



La diabetes mellitus ha aumentado 30 por ciento en México en las últimas dos décadas a causa del notable incremento de obesidad y sobrepeso en la población, según datos de la Secretaría de Salud (SSa).

La obesidad en niños de cinco a 11 años de edad aumentó 124 por ciento de 1999 a 2006, lo que representa un peligro para la salud por la aparición de enfermedades como la diabetes. Esta afección ha causado numerosas muertes infantiles del 2000 a 2009 y alcanzó su pico más alto en 2002, con 0.94 por ciento en pequeños de 11 a 14 años.

La diabetes puede dañar el corazón, vasos sanguíneos, ojos, riñones y los nervios, hasta provocar una muerte prematura.

Recientemente se ha visto que en algunas partes del mundo la diabetes de tipo 2 es el que más abunda entre los niños. Existe un sentimiento generalizado de que el aumento mundial de la obesidad y de la inactividad física en la infancia juega un papel decisivo en ello.

Niño gordo, ¿niño sano?

En 2005 la Organización Mundial de la Salud señaló que las muertes de niños menores de 15 años en México alcanzaron los 32 mil 519 casos, de los cuales 592 son atribuidos a deficiencias nutricionales, pese a los altos índices de obesidad.

En muchos países se está constatando un aumento del diagnóstico de casos de diabetes de tipo 1 (denominada también diabetes insulino dependiente, juvenil o de inicio en la infancia), en particular entre los niños de menor edad.

De acuerdo a la SSA, en 2011 hubo en México 6.4 millones de habitantes con diabetes, en su mayoría del tipo 2, y se estima que para el año 2025 lo padezcan 11 millones de mexicanos.

En los últimos años, las cifras de personas con sobrepeso y obesidad se triplicaron y uno de los factores es el exceso en el consumo de golosinas y refresco, además de la vida sedentaria.

Ante esta problemática, el sistema de salud de nuestro país designa un porcentaje muy elevado del presupuesto para atender las afecciones desencadenadas por la obesidad.

Revertir la obesidad en niños de dos a cinco años y detenerla en la población mayor de cinco años son estrategias que pondrá en marcha el gobierno federal en este año.

La SSA diseñará un programa de acción específicamente de alimentación, actividad física y salud. Asimismo, en colaboración con otras instituciones gubernamentales se iniciará la “alfabetización nutricional y alimentaria”, con la entrega de contenidos educativos y guías para maestros.

Otro de los objetivos es incrementar la activación física, fortaleciendo la cantidad y calidad de las clases de educación física y prácticas deportivas extraescolares.

En 2011 se lanzaron los cinco puntos importantes para detener la obesidad y con ello la enfermedad que conlleva. Estos pasos son muévete, toma agua, come frutas y verduras, mídete y comparte con amigos y familiares. La campaña seguirá vigente en 2012. **Lesslie Aguirre**