

**PORTADA PERSONA NOTABLE HOROSCOPO**

**DR. GEDISSMAN DRA. ANA NOGALES**

**BELLEZA EDITORIAL ENTRETENIMIENTO**



## La Diabetes y los Niños

-Dr. Gedissman-

Los grandes medios de difusión finalmente han descubierto la epidemia de obesidad y diabetes que afecta a nuestra niñez y juventud. Algo de lo que ya en PARA TODOS hemos hablado varias veces con nuestros lectores en los últimos años.

La seriedad del tema me lleva a enfocarlo una vez más y desde otro ángulo tratando de informar y alertar a nuestros padres lectores para que se movilicen y ayuden a prevenir las serias consecuencias que amenazan a sus niños y adolescentes.

La mayoría de los padres latinos de niños sobrepesados u obesos siguen creyendo que sus "gorditos" son simpáticos y "sanitos" sin darse cuenta que están demorando una cura y promoviendo el progreso silencioso de una enfermedad muy debilitante y dañina.

La diabetes es una enfermedad crónica e incurable en la cual el páncreas, órgano que está en el abdomen, no produce una hormona llamada insulina. En otros casos las células no la utilizan apropiadamente y esto se conoce como resistencia a la insulina.

La insulina es una hormona necesaria para convertir los azúcares, las harinas y otras comidas en energía vital que mantiene todas las actividades del organismo.

El origen de esta enfermedad todavía no se ha descubierto pero sí se conocen muchos de sus factores de riesgo para adquirirla. La genética y factores ambientales como la obesidad y la falta de actividad física son un muy grande componente de este riesgo.

En este momento hay alrededor de 20 millones de niños y adultos en los EE. UU. con diabetes o sea entre 7 y 10 % de la población. Este número es difícil de determinar pues desafortunadamente cerca de un tercio de estos pacientes no saben que están enfermos.

Aunque los síntomas de la enfermedad pueden ser muy obvios cuando está declarada, son muy insidiosos cuando recién comienza. En los niños es más difícil diagnosticarla. Los tests más usados son la medición de la glucosa en ayunas o el test de tolerancia a la glucosa.

Hay varios tipos de diabetes

Tipo 1: Cuando el páncreas no produce insulina.

Tipo 2: Cuando hay resistencia a la insulina, este es el tipo más común de diabetes en EU

Diabetes gestacional: Aparece cuando la mujer está embarazada y ocurre cada año en un 4% de las mujeres en estado de gestación.

Prediabetes: Ocurre cuando la glucosa en la sangre está elevada pero no tanto como para diagnosticar diabetes de tipo 2. Se calcula en este país que además de los casi 21 millones de diabéticos hay otros 54 millones de prediabéticos.

Hoy hablaremos de la diabetes de tipo 2 que en los EU es el mayor número de casos diagnosticados en niños y adolescentes, lo que constituye un serio problema médico y social.

Esta es la primera consecuencia de la seria epidemia de sobrepeso y obesidad que afecta a

Esta es la primera consecuencia de la seria epidemia de sobrepeso y obesidad que afecta a nuestros niños y adolescentes. Hasta no hace más de diez años esto era una ocurrencia mayor en adultos de más de 40 años y hoy los niños y adolescentes constituyen el mayor grupo de nuevos pacientes.

La primera etapa ocurre cuando gradualmente el sobrepeso y la obesidad ocasionan la resistencia a la insulina. Al principio el páncreas en respuesta a la elevación de la glucosa fabrica más insulina pero después de un tiempo deja de hacerlo manifestando la enfermedad en pleno. Esta enfermedad es más común en ciertos grupos étnicos como los latinos/hispanos, afroamericanos, indoamericanos y en algunos asiáticos e isleños del Pacífico.

Los factores de riesgo para los latinos son el sobrepeso en los niños o sus padres, historia de diabetes y obesidad en la familia (hasta los abuelos y/o tíos), resistencia a la insulina, temprana adolescencia alrededor de los diez años de edad o desórdenes de la menstruación en las niñas y adolescentes.

Los niños y adolescentes con diabetes tienen un alto riesgo de tener complicaciones crónicas y de largo plazo como daño al sistema cardiovascular, los riñones, los ojos, los nervios, las arterias, las encías y los dientes. La enfermedad comienza con síntomas como cansancio, sed, orinar mucho o náusea. También pueden tener síntomas visuales, pérdida de peso, infecciones o dificultad para cicatrizar heridas. En las jóvenes adolescentes se puede presentar con infección vaginal o quemazón al orinar. Esto es sólo una descripción mínima de los síntomas que pueden aparecer.

La Acanthis Negra es un oscurecimiento de la piel en la nuca y axilas que parece suciedad y sólo es evidencia de resistencia a la insulina. También lo son la alta presión arterial y el aumento del nivel de los lípidos (colesterol y triglicéridos) en la sangre.

Desde luego que siempre se debe consultar con el médico primario o el pediatra. Estos profesionales también deben preocuparse por mantenerse al corriente de los cambios que están ocurriendo en nuestra población y deben hacer lo posible para identificar a estos pacientes especialmente los que están a riesgo de adquirir la enfermedad.

Los padres latinos deben exigir que sus médicos hagan los exámenes necesarios para identificar el riesgo o la enfermedad establecida. Esto requiere una medición correcta de la presión arterial ajustada a la edad y el porcentaje de la altura, examen de la glucosa, lípidos e insulina en la sangre.

Los esfuerzos también deben estar dirigidos a cambiar el estilo de vida de los niños y adolescentes aumentando la actividad física y mejorando su nutrición, comiendo saludablemente y con control de las porciones. Cuando ya están sobrepesados lo mejor es enrolarlos en un programa de largo plazo que ofrezca ayuda profesional en esta materia.

Este serio problema requerirá que las autoridades responsables por la salud pública, los seguros y planes de salud, las escuelas y sus autoridades, las instituciones comunitarias, las agencias de gobierno y los padres y madres de esta generación, deberán hacer un esfuerzo conjunto para evitar que como muchos ya predicen, esta sea la primera generación que vivirá menos que sus padres.

El Dr. Alberto Gedissman es el Director Médico de PowerPlayMD-OC, Pediatric Weight Management, un Centro dedicado a la intervención completa para el control de la obesidad y el sobrepeso en los niños y adolescentes. Visite:  
[www.leankids.net](http://www.leankids.net), [www.paratodos.com](http://www.paratodos.com)

**Para Todos** es la revista líder en español del Sur de California que efectivamente asiste a

negocios y agencias a promover sus servicios al consumidor más codiciado del país.

**33565 Via De Agua- San Juan Capistrano- CA 92675- (949)493-1492**