

**Noticias breves**

**Combate la Obesidad Prevén la Diabetes**



La obesidad y la diabetes tipo 2 son en la actualidad una amenaza para la salud, el bienestar y la prosperidad económica de prácticamente todos los países del mundo. Según el International Obesity Task Force (IOTF), hasta 1700 millones de personas en el mundo ya se hallan bajo un alto riesgo de desarrollar enfermedades no contagiosas relacionadas con el exceso de peso, como son la diabetes y las enfermedades cardíacas. El exceso de peso y la obesidad cada vez afectan a más niños y adolescentes, lo cual provoca que a cada vez más niños se les diagnostique diabetes tipo 2, enfermedad que, hasta hace bien poco, se asociaba normalmente a adultos y ancianos.

El exceso de peso y la obesidad son los principales factores de riesgo modificables de la diabetes de tipo 2. El mensaje que estamos transmitiendo con nuestra campaña es sencillo: algunos cambios del estilo de vida, como seguir una dieta sana y ser físicamente activo, resultan eficaces a la hora de retrasar y, en muchos casos, prevenir la aparición de la diabetes tipo 2 y reducir el riesgo de desarrollar complicaciones de las personas con diabetes. Se calcula que, al menos la mitad de todos los casos de diabetes tipo 2, podría prevenirse si se evitase el aumento de peso en adultos.



El Día Mundial de la Diabetes, celebrado el 14 de Noviembre es la principal campaña mundial de concienciación sobre la diabetes y, por lo tanto, la ocasión ideal para informar al público en general, a los profesionales sanitarios, a los políticos y a los medios de comunicación acerca del fuerte vínculo existente entre exceso de peso, obesidad y diabetes. El Día Mundial de la Diabetes también es un medio valioso gracias al cual las personas con diabetes pueden mejorar su conocimiento de la afección de modo que sean capaces de vivir una vida plena y sana.

## Hechos sobre la diabetes

- La FID calcula que hay más de 190 millones de personas en el mundo con diabetes. Se calcula que esta cifra aumentará para alcanzar los 330 millones para el año 2025, debido en gran medida al crecimiento de la población, el envejecimiento, la urbanización y la vida sedentaria.
- Al menos el 50% de todas las personas con diabetes no es consciente de tener la afección. En algunos países esta cifra podría llegar a alcanzar el 80%.
- La diabetes es la cuarta causa de muerte en la mayoría de los países desarrollados. Las cifras más recientes de la Organización Mundial de la Salud indican que, cada año, 3,2 millones de muertes en todo el mundo son atribuibles a la diabetes, es decir, 6 muertes por minuto.
- Para 2025, se espera que el número de personas con diabetes se duplique con creces en África, el Mediterráneo Oriental y el Oriente Medio y en el Sudeste Asiático.
- Las personas con diabetes tienen una probabilidad tres veces mayor de necesitar hospitalización que quienes no tienen la afección. La diabetes es la principal causa de muerte por infarto de miocardio y derrame cerebral, y la principal causa de ceguera e insuficiencia renal en países desarrollados.
- Las personas con diabetes tienen una probabilidad entre 15 y 40 veces mayor de necesitar la amputación de una extremidad inferior que la población en general.

### Más información en:

International Obesity Task Force (IOTF)

<http://www.idf.org/home/index.cfm?unode=DD84578D-51D8-4495-864A-9EC559A03539>

## Aumenta el consumo de alcohol en las mujeres



El pasado 16 de Noviembre se celebró el Día Mundial sin alcohol. Esta campaña dirigida a informar sobre el peligro del consumo excesivo de alcohol, que puede acarrear consecuencias muy graves para la salud. Las últimas encuestas desarrolladas en España demuestran que la población joven del sexo femenino, ha aumentado considerablemente la ingesta de alcohol. Datos de la Comunidad de Madrid arrojaban la cifra de un 80 por ciento de chicas que declaran haber consumido bebidas alcohólicas en alguna ocasión, frente al 77 por ciento de los chicos.

Pese a que el alcohol es una droga legal, y social, puesto que su consumo no está mal visto socialmente, y es más, su consumo se realiza en reuniones familiares y en momentos de ocio como los fines de semana, es una droga al fin y al cabo, que precisa de un consumo controlado para no convertirse en una sustancia dañina para nuestro organismo. Según datos de la encuesta elaborada por la Agencia AntiDroga de la Comunidad de Madrid, el 43,8 por ciento combina esta sustancia al ocio y a la diversión, concentrando el consumo los fines de semana.

No obstante, en términos absolutos la ingesta ha descendido de forma moderada y el 22 por ciento de los alcohólicos consigue superar la adicción, frente al 3 por ciento de hace ocho años, según ha indicado la Federación de Alcohólicos de Madrid.

Pese a estas optimistas cifras es importante recordar los efectos perjudiciales que tiene el alcohol en madres gestantes, como por ejemplo defectos de nacimiento físicos y mentales. Cada año, nacen bebés con algún grado de daño cerebral relacionado con el alcohol. Si bien la mayoría de las mujeres están conscientes de que el consumo de alcohol en grandes cantidades durante el embarazo puede provocar defectos de nacimiento, muchas no saben que el consumo de alcohol en cantidades moderadas (o incluso bajas) también puede dañar al feto. A su vez el alcohol puede causar infertilidad en aquellas mujeres tratan de quedarse embarazada, según demuestra estudios recientes. Por lo que es recomendable reducir el consumo del mismo.

## Día Internacional contra la Violencia de Género



El día 25 de noviembre se conmemora en todo el mundo el Día Internacional contra la violencia de género.

El 20 de diciembre se alcanzaba la cifra de 70 mujeres muertas a manos de sus parejas en lo que va de año. Respecto a años pasados se aprecia un claro incremento de las víctimas.

Este día no solo debería quedar como una jornada dedicada a denunciar el incremento en el número de víctimas que han sufrido la violencia de sus parejas o familiares, también es necesario motivar el debate para que se lleven a cabo a nivel estatal acciones encaminadas a la mejora de la atención de las afectadas/os por la violencia de género.

La nueva ley integral contra la violencia de género, es valorada positivamente por los sectores sociales y las administraciones dedicadas a la atención en primera línea de los afectad@s, que tiene los objetivos de: crear medidas de sensibilización e intervención en el ámbito educativo; dar refuerzo de una imagen que respete la igualdad y la dignidad de las mujeres, con referencia concreta al ámbito de la publicidad; dar apoyo a las víctimas, como el derecho a la información y a la asistencia social integrada y la especialización de prestaciones; de asistencia jurídica gratuita para aquellas mujeres víctimas de violencia que no tengan recursos suficientes; dar protección social y de apoyo económico, tanto a las mujeres maltratadas como a los menores que estén dentro del entorno familiar, victimas indirectas o mediatas de este violencia. Por tanto, el Proyecto contempla también su protección, no sólo para la tutela de los derechos de los menores, sino para garantizar de forma efectiva las medidas de protección adoptadas respecto a la mujer. También dar una respuesta legal que abarca las normas procesales y las normas sustantivas penales y civiles, así como la debida formación de todos los profesionales de la educación, sanitarios, policiales y jurídicos que intervienen en la aplicación de la Ley.

Medidas como la formación desde la perspectiva de género de todos los profesionales que intervienen en el proceso de prevención y atención a las mujeres, el tratamiento transversal e integral de la violencia y el rechazo a que se sustituyan las penas a maltratadores por medidas de rehabilitación y reeducación, son otras perspectivas que deberían quedar recogidas en esta ley.

## Mujeres, Niñas, VIH y SIDA



Se calcula que, en la actualidad, 39,4 millones de personas están afectadas por el VIH/SIDA en todo el mundo. En 2002 eran 36,6 millones. De la cifra inicial, unos 37,2 millones son adultos con edades entre los 15 y los 49 años.

El Día Mundial de la Lucha contra el SIDA 2004 celebrado el 1 de diciembre se enfocó especialmente en las mujeres, las niñas, el VIH y el SIDA.

Cuando comenzó a darse a conocer el SIDA, muchos expertos y organismos creían que era una enfermedad casi exclusiva de varones homosexuales. Más adelante se demostró que existían grupos de riesgos, que incluían también a prostitutas y consumidores de drogas por vía intravenosa. Hasta hace diez años las estadísticas sugerían que las mujeres en general estaban menos afectadas por la enfermedad. Sin embargo desde entonces los números han cambiado, y mucho. En algunos países incluso se han invertido. Así se refleja en el último informe de la agencia de las Naciones Unidas encargada de coordinar los esfuerzos globales por combatir la enfermedad, ONUSIDA.

El organismo dice que cerca del 50% de los 37,2 millones de adultos (15-49 años) afectados en todo el mundo son mujeres. Según ONUSIDA, las mujeres - adolescentes y niñas - son en general más vulnerables que los hombres al contagio del VIH-SIDA. Las investigaciones indican que una mujer es unas 2,5 veces más proclive a infectarse con el virus del VIH que los hombres.

El informe de ONUSIDA indica que las mujeres son particularmente vulnerables por su bajo estatus económico y social. También se indica que, además de ser biológicamente más vulnerables a la infección que los hombres, las mujeres son forzadas a tener relaciones sexuales por la fuerza o por razones financieras.

La expansión de la enfermedad continua, sin embargo en algunas grandes ciudades, está descendiendo el número de infectados, particularmente jóvenes. Por otro lado expertos advierten que desde 2002 el número de mujeres que viven con VIH ha incrementado en todas las regiones (del mundo), sin excepción.

El proceso de "feminización del SIDA" a lo largo fundamentalmente de la última década, se debe a la combinación de una serie de factores biológicos y sobre

todo sociales, en los que interactúan viejos temas conocidos para la mujer, como la violencia sexual y el machismo.

Durante las relaciones sexuales, el virus del VIH se transmite de hombre a mujer mucho más fácilmente que de mujer a hombre.

Por un lado, la carga viral es mayor en el semen de un varón infectado que en los fluidos vaginales de una mujer con el VIH.

Por otro lado, en la mujer el tejido de la vagina y el recto es mucho más vulnerable a la contracción de infecciones que el tejido que cubre el pene.

Además, la superficie de contacto en la mujer es mucho mayor, en una relación sexual la mujer tiene un contacto extendido con los fluidos seminales, lo que conlleva más oportunidad de infección.

La campaña mundial del SIDA de este año también ha puesto de manifiesto hasta qué punto las desigualdades de género contribuyen a la expansión de la enfermedad. La epidemia pone en relieve justamente los problemas diarios a los que se tienen que enfrentar las chicas jóvenes, como por ejemplo aspectos de dependencia económica o falta de libertad sexual.

Más información:

<http://news.bbc.co.uk/hi/spanish/specials/2004/sida2004/default.stm>