



## EN BÚSQUEDA DE LOS RESPONSABLES DEL AUMENTO EN LA APARICIÓN DE ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR Y DIABETES

Martha Nydia Ballesteros Vásquez, Departamento de Nutrición y Metabolismo, Coordinación de Nutrición, Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo A. C., [nydia@ciad.mx](mailto:nydia@ciad.mx)

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) y la diabetes representan un problema de salud pública en México y son la principal causa de muerte. Ambas patologías tienen en común el desarrollo de arterioesclerosis, que es considerada la parte inicial de las ECV más peligrosas tales como el infarto al miocardio y el infarto cerebral. La arterioesclerosis se caracteriza por la acumulación de grasa en las paredes de la íntima de las arterias, llevando a un engrosamiento que involucra un proceso de inflamación y que puede desembocar en la obstrucción total de la arteria. Es una enfermedad silenciosa que no presenta signos y síntomas hasta etapas muy avanzadas. Esta enfermedad empieza durante la infancia y las investigaciones científicas han demostrado que puede ser previsible y prevenible. Entre los factores involucrados en su aparición se encuentran la genética de la población, así como también factores ambientales tales como la dieta, tabaquismo, hipertensión, la inactividad física, obesidad y síndrome metabólico. Los informes a nivel nacional, señalan que **la población mexicana tiene componentes genéticos que la predisponen a este padecimiento como bajas concentraciones sanguíneas de HDL-Colesterol (colesterol bueno o protector)**. En el noroeste de México, los estudios de investigación científica enfocados principalmente en población infantil escolar y preescolar demuestran que a tan temprana edad se encuentran presentes algunos de los factores de riesgo, los cuales están siendo exacerbados por situaciones ambientales tales como el tipo de dieta, obesidad, síndrome metabólico. Los niños entre 5 y 10 años tienen elevadas prevalencias de obesidad, presencia de síndrome metabólico, valores sanguíneos elevados de triglicéridos y muy bajos de HDL-Colesterol, lo que se traduce en baja protección para el desarrollo de ECV. Las investigaciones también señalan una población infantil que presenta glucosa sanguínea alterada y resistencia a insulina encaminándose a la aparición temprana de diabetes tipo 2. Particularmente, el estudio de la dieta revela una relación directa entre el consumo de grasas saturadas y grasas trans con los valores bajos de HDL-colesterol y entre los consumos elevados de azúcares simples y triglicéridos sanguíneos. Adicionalmente los estudios también empiezan a revelar algunos factores genéticos involucrados en estos padecimientos. La enfermedad resulta además de incapacitante muy onerosa para las familias y para el estado. Se requiere que haya voluntad gubernamental con compromiso que tome en cuenta los hallazgos de salud poblacionales y se implementen programas que incluyan la nutrición pública y clínica como parte de la estrategia para mejorar el estado de salud en especial de nuestros niños.