

pirámide poblacional, partiendo de la población joven, ese extracto generacional da la oportunidad de modificar las condiciones de vida y por ende la salud de la población.

En las Américas, al menos 62 millones de habitantes padecen diabetes tipo 2⁸ –esto equivale a tener enferma a toda la población centroamericana-, es alarmante pensar que si se asiste a las y los enfermos solo con medicamentos para tratar el nivel alto de glucosa en la sangre, se podrá vivir aparentemente con mayor control, pero la realidad es que al final solo atrasa el hecho de que los órganos enferman a los 20 años de padecer la enfermedad.

Sam, B. (2016) expone en el informe sobre la “Situación de enfermedades no transmisibles, que el continente americano tiene la segunda tasa de prevalencia global en niveles altos de colesterol sérico con un 12.6% de la población frente al 9.8% en el resto de regiones” (pp.2- 6). El resto de enfermedades no transmisibles asociadas al sobrepeso y la obesidad no presentan un panorama diferente, ya que a nivel general se registra un 35% de casos de hipertensión arterial, un tercio de la población mundial con triglicéridos elevados, un 16% de aumento en los cánceres ligados a sobrepeso -mientras todos los cánceres no ligados a esto han disminuido-.

21. Adaptación del ser humano al exceso de grasa corporal

Históricamente la comunidad médica y científica se ha regido por la siguiente ecuación: Lo que comemos menos lo que gastamos, esto es igual

8 Es de saber médico que luego de 20 a 25 años del diagnóstico de una diabetes tipo 2 los órganos empiezan a fallar, algunos de los órganos afectados son el sistema renal (insuficiencia renal), el sistema ocular (cataratas), el sistema cardíaco y cerebral (eventos cerebrovasculares) aumentando el de riesgo de cáncer de vesícula, esófago, riñón, colon, mama y de próstata. A su vez, el bienestar psicológico se reduce sensiblemente, por el reconocimiento de que el organismo no funciona como antes, y empezamos a reducir las metas personales. según el Informe Mundial de la Diabetes (2016), p.25

a nuestro peso y grasa actual, con esa afirmación concluimos que todas las personas que tienen sobrepeso son el resultado de su excesiva conducta alimenticia y su poco deseo de hacer ejercicio o gastarse las calorías consumidas. En contraposición a esto, vemos personas comiendo poco sin bajar de peso o aumentándolo, y hay personas que comen de más sin subir de grasa. Además, los gimnasios siguen llenos de personas con sobrepeso que hacen más de dos horas de ejercicio al día y sin consumir tanto como para no gastarlo. Una máxima importante es, si seguimos haciendo las cosas igual, no podemos esperar resultados diferentes, y es importante reflexionar sobre ese algo o esos elementos que han cambiado en la población, en el ambiente o en la genética de la especie humana que hoy la tiene caminando dentro de una epidemia de sobrepeso, diabetes y enfermedades metabólicas no transmisibles.

El Informe Mundial de la Diabetes (2016), “establece que debe considerarse que en general existe 15% de personas que padecen diabetes tipo 2, y un 35% de pre diabéticos a nivel mundial (Organización Mundial de la Salud, p.45), esta condición se asocia al sobrepeso, siendo las mujeres con la mayor predisposición.

El sobrepeso conlleva una mayor resistencia a la insulina y con ello una mayor liberación de la misma. A mayor edad en una mujer, la hiperinsulinemia es más frecuente y en una sociedad más madura, los embarazos se buscan más tardíamente. La mujer con mayor liberación de insulina tiende a heredar a su descendencia tres órganos débiles: el páncreas, el tejido graso y la hipófisis -gerente general y controlador de todo el sistema hormonal-. Esto sucede como una modificación en la función de los genes heredados durante el embarazo, y no como una transferencia mendeliana o lineal de una alteración genética de los padres; hay por ende una generación predispuesta a enfermar a edades más tempranas.

Biológicamente basta solo una generación que viva mal, para heredar mal, pero lleva tres generaciones reparar esos males cuando se decide a