

EDITORIAL

LLAMADO DE ALERTA ANTE EL PELIGRO PARA TODOS LOS JOVENES

En nuestro país existen las condiciones para un régimen de nutrición adecuado y el desarrollo de un método de actividad física estable, factores imperantes mantenidos desde la infancia.

Es decir, abogamos por la promoción de un estilo de vida sano, lo que es una tarea a cumplimentar por nuestra sociedad, pero a pesar de todas estas condiciones existe un peligro inminente que acecha a los adolescentes y consideramos implica una situación de extrema gravedad: la exposición al humo del tabaco.

Según los resultados de varios estudios, la mayor probabilidad de padecer enfermedades cardíacas está presente tanto si se es fumador activo o pasivo. La exposición al humo del tabaco aumenta el riesgo de que los adolescentes desarrollen síndrome metabólico; y algunos autores plantean que el humo de tabaco aumenta 4,7 veces el riesgo. Este hábito tóxico puede disminuir los niveles de colesterol bueno y aumentar la presión arterial, dos marcadores más de este trastorno.

El peligro es inminente debido a las elevadas tasas de tabaquismo entre los jóvenes: uno de cada cinco adolescentes es fumador, y dos tercios de todos estos jóvenes están expuestos al humo del tabaco.

Contamos con los medios de comunicación adecuados, la salud pública preventiva y el pueblo unido, grandes tesoros de los que carece gran parte de la humanidad debido a los sistemas socio políticos imperantes en el mundo, por lo que podemos permitir que nuestros jóvenes, bajo ningún concepto, desarrollen factores de riesgo cardiovascular que marcarán el resto de sus vidas.

Un régimen de nutrición adecuado, el control del peso, la actividad física y la no exposición al humo del tabaco prevendrán el desarrollo de diabetes tipo 2 y los factores de riesgo cardiovascular que componen el síndrome metabólico en niños.

Debemos evitar la tragedia con anticipación y trazar un camino seguro, sabemos que se puede y para ello es este llamado de alerta.

Dra. Zoila C. Fernández Montequín