

**SALUD**

# UNO DE CADA 10 NUEVOS CASOS DE DIABETES 2 ES ATRIBUIBLE AL CONSUMO DE BEBIDAS AZUCARADAS

**EE.UU.** Investigación realizada en 184 países y solo con personas adultas arroja cifras lapidarias y donde más han crecido es en Latinoamérica.

Efe

Aproximadamente uno de cada 10 nuevos casos de diabetes de tipo 2 y uno de cada 30 nuevos casos de enfermedad cardiovascular son atribuibles al consumo de bebidas azucaradas (refrescos, bebidas de frutas, bebidas energéticas y limonadas), según una investigación con datos de 184 países recogida en Nature Medicine.

El estudio, liderado por la mexicana Laura Lara-Castor, investigadora en la Universidad de Washington (Seattle) concluye que donde más nuevos casos de diabetes y enfermedad cardiovascular asociado al consumo de bebidas azucaradas se da es en Latinoamérica y Caribe, seguido de África Subsahariana.

Los datos del estudio, correspondientes al año 2020, provienen del Global Dietary Database, que incorpora estimaciones del consumo de bebidas azucaradas basadas en encuestas dietéticas a nivel individual, junto con datos sobre obesidad y tasas de diabetes.

Su análisis pone de manifiesto que la ingesta de bebidas azucaradas fue responsable de 2,2 millones de nuevos casos de diabetes tipo 2 y de 1,2 millones de nuevos casos de enfermedad cardiovascular a nivel global en 2020.

Los hallazgos presentan una gran variedad regional, según ha explicado Lara-Castor en una entrevista con Efe: un 24,4% de todos los nuevos ca-



LOS DATOS DE 2020 SEÑALAN QUE HUBO 2,2 MILLONES DE NUEVOS CASOS DE DIABETES 2 A NIVEL GLOBAL.

sos de diabetes atribuibles al consumo de bebidas azucaradas se dieron en Latinoamérica y el Caribe, mientras que solo un 3% se produjeron en el Sureste y Este de Asia.

Respecto a los nuevos registros de enfermedad cardiovascular, un 10% de los casos relacionados con el consumo de refrescos azucarados se produjeron en Latinoamérica, frente a menos de 1% en el sur de Asia.

A nivel global, la carga de diabetes tipo 2 y de enfermedad cardiovascular atribuible al consumo de bebidas azucaradas fue mayor en hombres que en mujeres, y más común cuanto menos formación tenía la persona.

**MÁS INTERVENCIÓN PÚBLICA**  
 "El porcentaje de enfermedad

atribuible a bebidas azucaradas continúa siendo muy alto, particularmente en países de Latinoamérica y el Caribe, por lo que se requiere mayor atención en intervenciones de salud pública para mitigar este factor de riesgo", añade Lara-Castor.

África subsahariana mostró los mayores incrementos en la carga metabólica atribuible a bebidas azucaradas, "posiblemente por la falta de políticas públicas en esta región así como por la influencia de la industria de bebidas azucaradas para incrementar sus ventas", agrega la científica.

Lara-Castor sostiene que "hacen falta más esfuerzos internacionales para apoyar a países con menor estructura administrativa, como en África, para la implementación y

seguimiento de políticas públicas que ayuden a disminuir la carga de enfermedades atribuibles a bebidas azucaradas".

Entre estas políticas, la investigadora cita los impuestos a los refrescos o gaseosas, limitar su publicidad, obligar a poner etiquetados que informen del riesgo de su consumo para la salud, restricciones de venta en espacios como escuelas o lugares de trabajo, mejorar el acceso al agua potable y concientizar de la importancia de una dieta saludable.

La investigación se centró en datos de personas adultas y no analizó el impacto del consumo de bebidas azucaradas en otras enfermedades, ni tampoco incluyó ni téis ni cafés endulzados, cada vez más populares. **CE**



SIMULADOR DE ESTORNUDOS DE LA UR

## SIMULADOR DE ES REVELA FUNCIÓN NASAL EN DIFUN

Investigadores de la Universidad española Rovira i Virgili (URV) desarrollaron un simulador capaz de replicar episodios respiratorios intensos, como la tos o los estornudos, que revela el papel de la cavidad nasal en la dispersión de aerosoles, lo que ofrece información para mejorar equipos de protección individual como las mascarillas.

Además, este simulador permite diseñar sistemas de ventilación que reduzcan la exposición a patógenos en entornos compartidos, informa la URV.

El grupo de investigación creó un sistema tridimensional del tracto respiratorio superior, que incluye la cavidad nasal, órgano que determina la trayectoria de evacuación de los aerosoles.

El aparato utiliza flujos de aire para reproducir los episodios respiratorios con varias configuraciones, variando el grado de apertura de las fosas nasales.

Los resultados del estudio demuestran que la cavidad nasal tiene un impacto significativo en la dinámica de los aerosoles: cuando estornudamos con la nariz, los aerosoles tienden a dispersarse más verticalmente y menos horizontalmente, lo que puede reducir el riesgo de transmisión directa entre personas próximas, pero también facilita que las partículas se mantengan en suspensión más tiempo y se distribuyan unifor-