

El minuto de Mayo Clinic

Aumenta la diabetes tipo 2 en los jóvenes

Video	Audio
	Cuando la gente habla sobre la diabetes tipo 2, la mayoría de ellos piensa en los viejos; pero la diabetes tipo 2 se diagnostica más y más en gente joven, de 30 o 20 años y hasta en adolescentes.
DR. ROBERT RIZZA ENDOCRINOLOGÍA Mayo Clinic	“Lo que impulsa esto es que el páncreas debe producir más insulina porque la gente tiene cuerpos más grandes y esa insulina no funciona, lo que se conoce como resistencia a la insulina, y el páncreas ya no puede seguir el ritmo”.
	El endocrinólogo de Mayo Clinic, Dr. Robert Rizza dice que la razón es simple.
	“La gente es obesa y, además, sedentaria”.
	“Es un gran problema y, por supuesto, cuando la enfermedad aparece a los 15 años, luego se habla de que el riesgo de ataque cardíaco y problemas con los ojos es muy alto y puede durar el resto de la vida”.
	No obstante, el Dr. Rizza dice que hay cosas que pueden revertir esta tendencia.
	Lo más importante es: moverse.
	“Todos deben levantarse y caminar a diario, siempre durante unos 30, 40 o 50 minutos al día. Hay que asegurarse de comer suficiente para mantenerse sano, pero no en exceso. Tenemos que hablar al respecto”.
	Para la Red Informativa de Mayo Clinic, soy Ian Roth.