



CONTACTO: Paula Hamilton
Brown-Miller Communications
(800) 710-9333

Gwen Driscoll
UCLA Center for Health Policy Research
(310) 794-0930

PROHIBIDA SU PUBLICACIÓN ANTES DEL 17 DE SEPTIEMBRE DE 2009

Nueva Investigación Revela la Relación Directa Entre el Consumo de Gaseosas y la Obesidad

DAVIS, CA, 17 SEPTIEMBRE DE 2009 ... Si bien durante mucho tiempo las autoridades de la salud creyeron que existía una relación entre la obesidad y el consumo de gaseosas, la publicación de esta investigación ofrece la primera prueba científica del importante papel que desempeñan las gaseosas y otras bebidas azucaradas en el incremento de la cintura de los Californianos.

En su estudio de referencia: *Bubbling Over: Soda Consumption and Its Link to Obesity in California (Controversia Efervescente: El Consumo de Gaseosas y Su Relación con la Obesidad en California)*, los investigadores del UCLA Center for Health Policy Research (Centro de Políticas de Salud de la Universidad de California de Los Angeles, CHPR) y el California Center for Public Health Advocacy (Centro de Abogacía para la Salud Pública, CCPHA) descubrieron una marcada correlación entre el consumo de gaseosas y el sobrepeso. A partir de datos de más de 40,000 entrevistas realizadas por California Health Interview Surveys (Enuestas de Salud de California, CHIS), los investigadores descubrieron que aquellos adultos que consumen una o más gaseosas al día tienen un 27 por ciento más de probabilidad de tener sobrepeso comparado con quienes no las consumen, sin importar sus ingresos u origen étnico.

“Los resultados son claros y concluyentes: Las gaseosas actúan como desencadenantes de una epidemia de obesidad de 41 mil millones de dólares en California”, afirma el Director Ejecutivo Dr. Harold Goldstein, uno de los autores del informe de investigación. “Bebemos

gaseosas como si fuesen agua. Pero a diferencia del agua, las gaseosas incluyen la enorme cantidad de 17 cucharadas de azúcar por ración de 20 onzas”.

La investigación muestra que en los últimos 30 años, los estadounidenses consumieron 278 calorías más por día, mientras que los niveles de actividad física se mantuvieron relativamente iguales. En ese periodo, uno de los cambios más grandes que se registraron en la dieta fue el increíble aumento en el consumo de gaseosas, que representó el 43 por ciento de las calorías nuevas totales. Según Goldstein, esa investigación, junto con estos datos nuevos sobre el consumo de gaseosas, ofrece pruebas concluyentes acerca de la relación entre las gaseosas y la obesidad.

Además, si bien el consumo de gaseosas por adulto es preocupante, las tendencias de consumo en los niños presentan un panorama aún más alarmante para el futuro de la salud de California. El estudio descubrió que el 40 por ciento de los niños pequeños (de 2 a 11 años) beben una gaseosa o refresco azucarado por día como mínimo. Los adolescentes (de 12 a 17 años) son los mayores consumidores, con un 62 por ciento (más de 2 millones de jóvenes) que bebe una o más gaseosas por día, el equivalente a 39 libras de azúcar por año en gaseosas y otras bebidas azucaradas.

“Las gaseosas son baratas, dulces y tienen una promoción irresistible orientada a los adolescentes”, dice la principal autora del estudio, la Dra. Susan H. Babey, investigadora del UCLA Center for Health Policy Research. “Son pocos los adolescentes que conocen los riesgos que presenta para la salud el consumo de grandes cantidades de lo que esencialmente es azúcar líquida, cuando la televisión y las publicidades les dicen que está de moda hacerlo”.

El estudio halló grandes diferencias en los porcentajes de consumo adulto en distintas partes del país. Los residentes de los condados de Marin, San Francisco, Yolo y San Mateo representan el menor consumo de gaseosas y beben mucho menos que los residentes de los condados de mayor consumo, King, Madera, Kern e Imperial.

Sin embargo, sigue existiendo la relación entre las gaseosas y la obesidad: quienes consumen grandes cantidades de gaseosas, sin importar dónde viven, sufren de obesidad y sobrepeso de un modo u otro.

“Si realmente deseamos combatir la crisis de la obesidad, nuestro objetivo principal debe ser reducir el consumo de gaseosas”, asegura Goldstein. “Todos, los padres, las comunidades, las

empresas y el gobierno deben participar para ayudar a reducir el consumo. No podemos permitirnos criar otra ‘Generación Pepsi’”.

El financiamiento para el estudio fué encargado por The California Endowment, fundación privada de salud estatal y líder nacional en el movimiento de prevención de la obesidad infantil.

“Esta investigación muestra claramente la gravedad de los riesgos de beber gaseosas y otros refrescos azucarados. Espero que los responsables de formular políticas lean este informe con atención y piensen qué pueden hacer para combatir la epidemia de obesidad que está claramente ligada al consumo en exceso de gaseosas”, admite el Dr. Robert K. Ross, presidente y gerente general de The California Endowment.

El texto completo del estudio está disponible en el sitio Web de CCPHA en:
<http://www.publichealthadvocacy.org/bubblingover.html>.