

¿POR QUÉ LOS MÁS GORDOS DEL MUNDO VIVEN EN ISLAS?

[Joshua Keating](#)

No son las piñas coladas. La evolución se ha visto superada por los modos de vida occidentales.



AFP/Gettyimages

Un reciente estudio publicado en la revista médica británica *The Lancet* decía que los índices de obesidad han aumentado de forma significativa en todo el mundo en las tres últimas décadas. Y el [mayor aumento](#), con gran diferencia, se ha producido en las islas del Pacífico. En el país con más proporción de gordos del planeta –Nauru–, el índice medio de masa corporal (IMC) es hoy nada menos que 35,03 en las mujeres y 33,85 en los hombres (se considera que por encima de 30 es obesidad). Las Islas Cook, Tonga, Samoa, la Polinesia francesa y Palau no quedan muy atrás. Varias islas del Caribe –Bermuda, Puerto Rico y St. Kitts y Nevis– también están en la categoría de los obesos. De los 13 países con IMC medios superiores a 30, los únicos que no son islas son Kuwait y Egipto (donde sólo las féminas superan el 30 de IMC), aunque Estados Unidos, con un IMC de 28,33 para las mujeres y de 28,46 para los hombres, se aproxima mucho. ¿Por qué hay tanta obesidad en las islas?

La respuesta es una combinación de factores que incluye la dieta, la forma de vida y la cultura; pero la mayor culpable es la globalización. Hasta la mitad del siglo XX, las islas del Pacífico, en su mayoría, eran sociedades tradicionales, que vivían de la agricultura y la pesca. La llegada de

los ejércitos de Estados Unidos, Francia y Gran Bretaña durante las campañas del Pacífico de la Segunda Guerra Mundial provocó una [transformación monumental](#), con la apertura de esos países al mundo. La industrialización a gran escala de las islas del Pacífico no comenzó en realidad hasta los 70. Como consecuencia, el Pacífico Sur no tuvo más que alrededor de 40 años para adaptarse al modo de vida moderno y sedentario al que Occidente llevaba acostumbrándose desde hacía siglos. (Los Estados del Golfo Pérsico, que también tienen [un problema de obesidad](#) y sus enfermedades derivadas, también tuvieron una transición demasiado rápida a la modernidad).

La posibilidad de consumir alimentos importados coincidió con la conversión de las tierras agrícolas a usos más lucrativos como la minería. El territorio de Nauru ha [pasado a estar dedicado casi por completo](#) a la extracción de fosfatos, lo cual ha obligado a los isleños a vivir en una franja muy reducida. La dieta tradicional del Pacífico consistía sobre todo en pescado, frutas y verduras, pero los habitantes de Nauru se han vuelto aficionados a alimentos importados como arroz, azúcar, harina, refrescos y cerveza ([uno de los alimentos preferidos](#) es la carne de cerdo enlatada). También han llegado las franquicias de comida rápida, en paralelo a un sector turístico en expansión.

Muchos investigadores opinan, además, que los cuerpos de los isleños del Pacífico están preparados genéticamente para almacenar la grasa de forma más eficaz. Ése es un atributo que tenía mucho sentido: vivir en una isla pequeña, a merced del clima, implicaba muchos periodos prolongados de hambre y exigía un enorme esfuerzo físico. Pero las cosas son distintas en un mundo de empleos en el pequeño comercio y Big Macs. (Las personas de ascendencia africana también son [propensas a ganar peso](#), y quizá ésa sea una de las razones por las que los habitantes de las islas del Caribe son cada vez más obesos.) Otro factor es la cultura. Además, es frecuente que [en las sociedades isleñas del Pacífico se considere atractivas](#) a las personas grandes, una señal de estatus social, pero, para comer como un jefe, ya no es necesario serlo.

Por supuesto, estos factores están presentes en muchos otros países en vías de desarrollo. Lo que verdaderamente distingue a estas personas es el tamaño de sus islas: Tuvalu, Palau, Nauru y los demás países en esta lista de obesidad son de los más pequeños del planeta, [por superficie y por población](#). Por consiguiente, un solo complejo turístico, una cadena de comida rápida o un acuerdo comercial tienen unas repercusiones mucho más profundas en la sociedad que, por ejemplo, en India o Nigeria.

Quizá parezca que compensa pagar el precio de la obesidad a cambio del acceso al mundo moderno con todas sus comodidades y oportunidades. Pero las enfermedades relacionadas

con la obesidad están empezando a notarse. En Nauru, se calcula que el [45%](#) de los adultos puede ser diabético. La expectativa de vida, que llevaba décadas aumentando en la región, se ha detenido en los últimos años debido a problemas relacionados con el peso.

La situación no es desesperada. Los programas educativos que animan a la gente a consumir alimentos locales y más saludables han contribuido a [reducir los índices de obesidad](#) en Tonga, Fiji y Hawai. El Estado del Aloha -cuna del presidente Obama, famoso por su delgadez- es uno de [los más esbeltos de EE UU](#).

Con mi agradecimiento a Richard Taylor, catedrático de salud pública e internacional en la Universidad de Nueva Gales del Sur.

Artículos relacionados

- [Traseros en aumento](#)
- [El sobrepeso de la globalización.](#) **Kelly Brownell y Derek Yach**

Fecha de creación

14 febrero, 2011