
PlantaDoce.

Entorno

Más colesterol y presión arterial: los 'millennials' son menos saludables que sus padres a la misma edad

Un estudio realizado en Estados Unidos demuestra que las personas que tienen entre 27 y 36 años llegan menos sanos a esa edad que la generación X. El informe alerta de los efectos que tendrá en los costes sanitarios de los próximos veinte años.

P. LÓPEZ
21 may 2019 - 04:56



1 / 3

<https://www.plantadoce.com/entorno/mas-colesterol-y-presion-arterial-los-millennials-son-menos-saludables-que-sus-padres-a-la-misma-edad>

El presente contenido es propiedad exclusiva de PLANTADOCE EDICIONES, SLU, sociedad editora de PlantaDoce (www.plantadoce.com), que se acoge, para todos sus contenidos, y siempre que no exista indicación expresa de lo contrario, a la licencia Creative Commons Reconocimiento. La información copiada o distribuida deberá indicar, mediante cita explícita y enlace a la URL original, que procede de este sitio.

PlantaDoce.

El deporte y la salud están íntimamente relacionados, y se espera que este vínculo sea aún más fuerte en los próximos años en Estados Unidos. El motivo es que **la generación *millennial* es menos saludable que sus padres a la misma edad**, pese a viviren un momento en que el *wellness* y el *fitness* son tendencia y la sociedad está más preocupada en su cuidado personal que en las décadas anteriores. Así se desprende del estudio *La salud de los millennials*, elaborado por la Blue Cross Blue Shield Association (Bcbs) en Estados Unidos.

La investigación diseñada por la federación de aseguradoras se ha centrado en evaluar a los estadounidenses con seguro comercial de salud de entre 21 y 36 años, un grupo que está compuesto por 55 millones de personas en ese país. Y los resultados no son alentadores: los *millennials* gozan de buena salud en general, pero **su estado empieza a empeorar constantemente a partir de los 27 años debido al consumo de tabaco, el colesterol alto**, la colitis ulcerosa y la hiperactividad, que provocan que la presión arterial sea más alta que la de la generación X cuando tenía entre 27 y 36 años.

“Los datos ponen de relieve la urgencia de que la comunidad de atención médica reconozca que los *millennials* en Estados Unidos están experimentando incrementos de dos dígitos en la prevalencia de ocho de las diez principales condiciones de salud”, afirma el informe. Estas condiciones incluyen la depresión o la ingesta de alcohol o la diabetes, que se ha elevado un 19% entre los *millennials* más mayores y la generación X cuando tenía entre 34 y 36 años.

La Bcbs advierte de que esta “situación probablemente tenga efectos sustanciales en la economía del país durante las próximas dos décadas, incluida la productividad en el lugar de trabajo y los costes sanitarios”. Es por ello que entidades internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS) o EuropeActive en el Viejo Continente instan a la población a practicar más deporte para prevenir enfermedades como las que aparecen en el informe de Bcbs pone en el foco, como la diabetes o la hipertensión. Según la OMS, **el sedentarismo es responsable de hasta el 25% de los cánceres de mama y colon**, del 27% de diabetes y del 30% de las cardiopatías isquémicas.

Ante esta realidad, el vicepresidente de asuntos médicos de la Bcbs, Vicent Nelson, ha asegurado que “ahora que los *millennials* están en la senda par convertirse en la generación más grande, es crítico que se tomen en serio su salud y jueguen un rol

PlantaDoce.

activo en su bienestar”. Y en especial, en Estados Unidos deberá hacerlo el público femenino y la población de los estados sureños, ya que las mujeres de entre 21 años y 36 años son un 20% menos saludables que los hombres”.

Con todo, un 83% de los estadounidenses encuestados consideran que su estado de salud es óptimo. Según estimaciones de Ihrsa, la organización que aglutina a las cadenas de gimnasios y los clubes de tenis, Estados Unidos es el tercer país donde la penetración del *fitness* en la sociedad es más elevada, con una tasa del 20,3%. Un total de 60,8 millones de personas están inscritas a un gimnasio, y los estados con mayor índice de penetración (Connecticut, Massachussets, Washington, California e Illinois) son aquellos que tienen mejor porcentaje de *millennials* sanos de entre 34 y 36 años.