



# RECURSOS DIABETES

La salud también sufre los efectos de la crisis. Condiciones de vida precarias perjudican el equilibrio glucémico y el seguimiento de la enfermedad.

## Menos recursos = Mala alimentación

- **El estudio** "Diabetes y precariedad", de la Academia de Medicina francesa, muestra que la enfermedad es más frecuente entre personas con menos recursos (6,9%) que en el resto (4,4%). Acumulan factores de riesgo como tabaquismo, sedentarismo y mala alimentación (menos verduras, frutas, carne y pescado, y más pastas, bebidas azucaradas y comida rápida).
- **Aunque** en España no hay datos comparables, Mercedes Maderuelo, gerente de la Federación Española de Diabéticos, explica que "existe bastante evidencia sobre la relación entre la capacidad económica y la posibilidad de desarrollar diabetes tipo 2 (la que padece el 90% de los enfermos), directamente relacionada con la alimentación y los hábitos de vida. Los datos que cifran en cinco millones los diabéticos son de 2010 y es muy posible que en estos últimos años haya habido un incremento".

## Menos información = Deficiente tratamiento

- **A la falta de recursos** puede sumarse la falta de información. "Cuanto menos se conoce la patología y cómo actuar, menos control y adherencia al tratamiento. Esto incrementa el riesgo de enfermedades derivadas: trastornos cardiovasculares, retinopatía diabética, insuficiencia renal...", explica Maderuelo.
- **La clave:** detectarla en fase de prediabetes, cuando todavía es posible volver a la normalidad si se corrigen los factores implicados (obesidad, sedentarismo, dieta hipercalórica... ). Se estima que dos millones de enfermos no saben que lo son. "En muchas ocasiones se ignoran los síntomas (muchas ganas de beber agua, ir con frecuencia al baño, cambios de humor...) porque no se asocian con una posible diabetes".



## La noticia

### S.O.S dudas de pareja

Clearblue y la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia (SEGO) han creado la plataforma "Decisiones que se toman entre dos", un nuevo espacio de la web [www.sego.es](http://www.sego.es), para resolver dudas sobre embarazo, ovulación, anticoncepción... "Un consultorio de calidad y confianza, de la mano de profesionales y expertos en la materia", explica la dra. M<sup>ª</sup> Jesús Cancelo, secretaria de la SEGO.

Foto: Daniela Pitsch / Figanphoto / Contour Style.

## Incontinencia masculina

**SOLO PCIRA él**

Aunque esta disfunción se asocia normalmente a las mujeres, también afecta de manera importante al

sexo masculino. Según datos de la Fundació Puigvert, uno de cada cuatro casos se produce en hombres. El origen de la incontinencia masculina puede hallarse en defectos congénitos,

traumatismo pélvico o cirugía (extracción radical de próstata). Aunque un 8% de ellos no lo sabe, tiene solución. El implante de un esfínter artificial ofrece excelentes resultados.