



La diabetes, problema en alza por la obesidad y el sedentarismo

El tipo 2, el más prevalente, afecta a un 14% de los mayores de 18 años en España, favorecido por el envejecimiento de la población

◆ P. Á.

Un 7% de la población asturiana padece o ha padecido diabetes, patología que incide sobre todo en la población de más de 45 años. El doctor Edelmiro Menéndez Torre es jefe del servicio de endocrinología del Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA) y presidente de la Sociedad Española de Diabetes.

—¿En qué consiste la diabetes?

—Es una alteración del metabolismo que se manifiesta como un aumento de los niveles de glucosa en sangre y que puede producir enfermedades en múltiples órganos, riñones, ojos, corazón, vasos sanguíneos, etcétera.

—¿Puede explicar brevemente los distintos tipos de la enfermedad y las diferencias entre ellos?

—Existen dos tipos principales de diabetes, la diabetes tipo 1, la más frecuente en niños y jóvenes, que requiere siempre el trata-

miento con inyecciones de insulina, y la diabetes tipo 2, la más común en adultos o personas mayores de 30 años de edad, que al menos al comienzo puede tratarse con otros medicamentos sin necesidad de insulina. Otro tipo de diabetes es la diabetes gestacional, que aparece en el embarazo y suele desaparecer cuando éste finaliza. Existen otros muchos tipos de diabetes menos frecuentes que son secundarias a otras enfermedades o a algunos medicamentos. Del total de personas con diabetes más del 90% serán diabéticos tipo 2.

—¿Cuál es su causa?

—La causa de la diabetes es la disminución de la secreción de insulina por el páncreas, lo que ocurre en la diabetes tipo 1, sola o bien asociada a la resistencia a los efectos de la insulina por parte del resto de los tejidos, que es lo que ocurre en los demás tipos de diabetes, y el origen de esta resistencia a la insulina en la mayoría de los casos es el exceso de

grasa corporal, el sobrepeso o la obesidad.

—¿Evoluciona su incidencia con el curso de la edad?

—El riesgo de la diabetes tipo 2, como hemos dicho la más prevalente, afectando a un 14 por ciento de los mayores de 18 años en España, aumenta con la edad claramente y en los mayores de 60 años de nuestro país una de cada 3 personas tiene diabetes.

—¿Existen diferencias entre varones y mujeres?

—Las diferencias son pequeñas, en menores de 70 años es más frecuente en hombres y después se iguala.

—Entre la población general, ¿aumenta, se mantiene o disminuye su prevalencia?

—Sabemos que en los últimos años está aumentando de una manera muy importante. Se debe a dos factores principales, primero al envejecimiento de la población y segundo al aumento de la tasa de sobrepeso y obesidad.



Edelmiro Menéndez. | LNE

—¿Puede hablarse de estilos de vida o tendencias sociales que contribuyan a incrementar su incidencia?

—Los estilos de vida que aumentan la obesidad, es decir, el estilo de vida sedentario, con poco ejercicio y con una sobreingesta contribuyen a su aumento y es lo que está pasando en todos los países desarrolla-

dos y también en los que están en vías de desarrollo.

—¿Cuál es la señal de que ha llegado el momento de acudir al médico?

—Cuando el azúcar en sangre está muy alto provocará la aparición de mucha sed, con aumento de la orina, junto con adelgazamiento. Pero estos síntomas típicos de la diabetes ocurren ya cuando la glucosa en sangre ha subido mucho. Atención especial en todos aquellos que tengan obesidad, que no hagan ejercicio, que tengas antecedentes familiares de la enfermedad o sean hipertensos.

—¿Qué porcentaje de casos se resuelven en atención primaria?

—La diabetes tipo 2, que como hemos dicho son más del 90% de los casos, es evaluada y controlada en atención primaria en prácticamente todos los casos. La diabetes tipo 1 debe ser valorada ya desde el diagnóstico y seguida en atención especializada por el especialista en endocrinología.

—¿En qué momento ha de intervenir el endocrinólogo?

—El especialista debe intervenir en los casos en los que el médico de atención primaria considere que no se ha conseguido un adecuado control o cuando se produzcan complicaciones que dificulten su manejo.

—¿Cómo evolucionan los tratamientos?

¿Cabe esperar algún avance próximo?

—La diabetes es un campo muy activo en la investigación y en los últimos años hemos asistido a la aparición de varias familias de nuevos fármacos antidiabéticos.