

Causas de la diabetes

El estrés laboral es un factor de riesgo para desarrollar diabetes tipo 2

Los trabajadores que están sometidos a una alta presión en su entorno laboral y que al mismo tiempo poseen poco control sobre las actividades que realizan, tienen más posibilidades de desarrollar esta patología.

Redacción | 08/08/2014 12:56

Hasta la fecha se sabía que el estrés laboral aumentaba el riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular y que podría producir un conjunto de efectos adversos en la salud, pero un estudio reciente ha demostrado que este estrés también está relacionado con una mayor incidencia de la diabetes tipo 2.

Un equipo de investigación dirigido por Cornelia Huth y Karl-Heinz Ladwig, ha descubierto que las personas que se encuentran bajo una alta presión en el trabajo y al mismo tiempo sienten poco control sobre las actividades que llevaban a cabo, se enfrentan a un riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 de aproximadamente un 45 por ciento más alto que aquellos trabajadores que no sufren estrés en su rutina laboral.

"Aproximadamente uno de cada cinco trabajadores se encuentra afectado por altos niveles de estrés mental en su ambiente laboral. Por eso, a los investigadores no les gusta referirse a este como *estrés laboral normal*, sino como la situación en la que los trabajadores sienten que sus exigencias en el trabajo son muy altas y que al mismo tiempo poseen poco margen de maniobra en la toma de decisiones", ha explicado Ladwig.

Los investigadores del Instituto de Epidemiología II (EPI II) del Helmholtz Zentrum München (HMZM) en colaboración con Johannes Kruse del Hospital Universitario de Giessen y Marburg (ambos en Alemania), examinaron los datos recogido de más de 5.300 trabajadores, con edades comprendidas entre los 29 y los 66 años, que habían formado parte de la base de datos del estudio de MONICA/KORA (Cooperative Health Research in the Augsburg Region).

Al comienzo del estudio ninguno de los trabajadores padecía diabetes pero una vez transcurrido el periodo de observación que duró 13 años aproximadamente, casi 300 personas de la muestra inicial fueron diagnosticadas con diabetes tipo 2. Esta correlación entre el estrés laboral y el riesgo de sufrir diabetes tipo 2 se llevó a cabo sin tener en cuenta los factores con los que se suele relacionar esta patología como la obesidad, la edad o el género.

Los factores externos y el estilo de vida son factores que juegan un papel fundamental en el desarrollo de la diabetes *mellitus*, una de las enfermedades más extendidas en Alemania. El objetivo del HMZM y del Centro de Investigación de la Diabetes Alemán, es desarrollar nuevos enfoques de diagnóstico, tratamiento y prevención de una de las patologías más habituales.