



Diabetes,

la enfermedad más oculta en aumento

Las últimas estimaciones indican que en el mundo unos 375 millones de personas sufren de diabetes. Así, se estima que en torno a 2035 el número de enfermos se acercará a los 600 millones, esto es, una de cada diez personas en el mundo tendrá diabetes.

Además de esos 375 millones de personas que en la actualidad sufren la enfermedad, se calcula que otros 300 millones corren riesgo de desarrollar diabetes tipo 2. Esta última cifra podría aumentar hasta los 500 millones dentro de una generación. Lo que hace que la pandemia sea particularmente amenazante es que en gran parte del mundo permanece oculta. Se calcula que en torno a un 50 por ciento de todas las personas con diabetes están sin diagnosticar.

Estos datos y cifras reiteran la importancia de que las administraciones públicas lleven a cabo una acción urgente y decidida. De hecho, la mayoría de los casos de diabetes tipo 2 pueden prevenirse, y las complicaciones serias asociadas con la diabetes en general se pueden evitar con estilos de vida saludables.

Existen tres tipos de diabetes

DIABETES TIPO 1

La diabetes tipo 1 está causada por una reacción autoinmune, en la que el sistema de defensas del organismo ataca las células productoras de insulina del páncreas. Como resultado, el organismo deja de producir la insulina que necesita. La enfermedad puede afectar a personas de cualquier edad, pero suele aparecer en niños o jóvenes adultos. Las personas con esta forma de diabetes necesitan inyecciones de insulina a diario con el fin de controlar sus niveles de glucosa en sangre. La no administración de insulina les causaría la muerte.

DIABETES TIPO 2

Es el tipo más común. Suele aparecer en adultos, pero cada vez más hay más casos de niños y adolescentes. En este tipo de diabetes el organismo puede producir insulina pero, o bien no es suficiente para hacer frente a las necesidades del organismo, o este no responde a sus efectos, provocando una acu-



mulación de glucosa en la sangre. Aunque las razones para desarrollar diabetes tipo 2 aún no se conocen, hay varios factores de riesgo importantes, entre los que se incluyen la obesidad, la mala alimentación, el sedentarismo, la edad avanzada, etc.

Las personas con diabetes tipo 2 pueden llegar a pasar mucho tiempo sin saber de su enfermedad debido

¿Qué es? La diabetes es una afección crónica que se desencadena cuando el organismo pierde su capacidad de producir suficiente insulina o de utilizarla con eficacia. La insulina es una hormona que se fabrica en el páncreas y que permite que la glucosa de los alimentos pase a las células del organismo, en donde se convierte en energía para que funcionen los músculos y los tejidos. Un diabético no absorbe la glucosa adecuadamente, de modo que ésta queda circulando en la sangre (hiperglucemia) y dañando los tejidos con el paso del tiempo. Este deterioro causa complicaciones para la salud potencialmente letales.

Un 50 por ciento de todas las personas con diabetes en el mundo están sin diagnosticar

a que los síntomas podrían tardar años en aparecer o en reconocerse. Durante este tiempo el exceso de glucosa en la sangre va deteriorando el organismo.

DIABETES MELLITUS GESTACIONAL

Algunas mujeres suelen desarrollar diabetes durante el embarazo. Es lo que se llama diabetes gestacional. Suele presentarse en una etapa avanzada y surge debido a que el organismo no puede producir ni utilizar la suficiente insulina necesaria para la gestación. Ya que la diabetes gestacional suele desarrollarse en una etapa avanzada de la gestación, el feto ya está bien formado, aunque siga creciendo. El riesgo para el feto es, por lo tanto, menor que los de cuyas madres tienen diabetes tipo 1 o tipo 2 antes del embarazo. Sin embargo, las mujeres con diabetes gestacional también deben controlar sus niveles de glucemia a fin de minimizar los riesgos para el feto.



La diabetes gestacional de la madre suele desaparecer tras el parto. Sin embargo, las mujeres que la han padecido corren un mayor riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 con el paso del tiempo. Los bebés nacidos de madres con diabetes gestacional corren también un riesgo mayor de padecer obesidad y de desarrollar diabetes tipo 2 en la edad adulta.