



► 27 Febrero, 2015

La diabetes en mayores de 65 años eleva el riesgo de sufrir discapacidad

El doctor Leocadio Rodríguez, jefe del servicio de Geriátría del Hospital Universitario de Getafe, ofreció las pautas que deben seguir las personas diabéticas para evitar la fragilidad

• En la actualidad, y según los últimos estudios, una de cada cuatro personas adultas padece diabetes, y en el caso de los mayores de 65 años, el porcentaje llega al 50%.

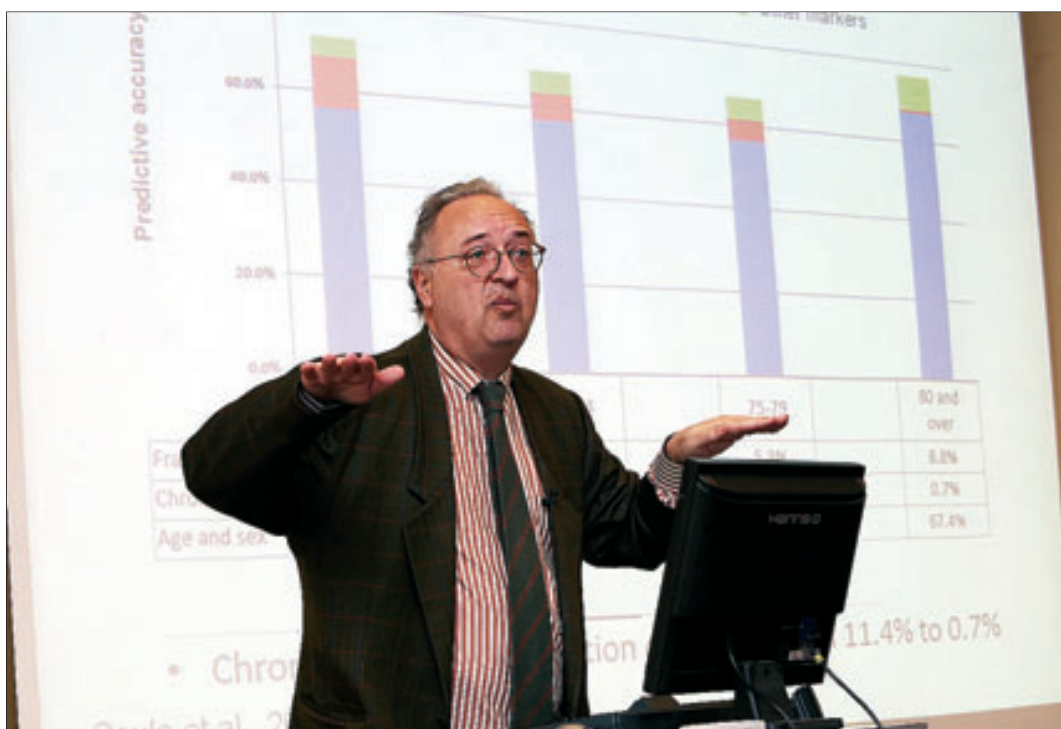
TERESA ROLDÁN / ALBACETE

Una de cada cuatro personas mayores tiene diabetes, y se espera que el aumento que en los próximos años se va a producir en la prevalencia de esta enfermedad afectará mayoritariamente a este grupo de edad de mayores de 65 años. De hecho, a fecha de hoy, uno de cada dos mayores de 65 años son diabéticos. Además, la diabetes aumenta notablemente el riesgo de fragilidad en las personas ancianas, y con ello, el riesgo de discapacidad, así como el deterioro cognitivo, tal y como expuso en su charla el doctor Leocadio Rodríguez Mañas, jefe del Servicio de Geriátría del Hospital Universitario de Getafe, que participó en una conferencia del ciclo de seminarios de Biomedicina que se ha vuelto a retomar y que se organiza conjuntamente entre el Área Integrada de Albacete, la Facultad de Medicina, el Idine y los laboratorio Roche.

El doctor Rodríguez Mañas indicó que «las personas con diabetes se deterioran más rápidamente que las que no lo son, tienen más riesgo de caídas y fracturas y de deterioro cognitivo, demencia y cuadros depresivos».

Si ya de por sí aproximadamente el 10% de las personas mayores son frágiles, en las personas diabéticas este porcentaje aumenta y ese sitúa entre el 17 y el 20%.

Pero además, como confirmó el doctor e investigador Leocadio Rodríguez, «la diabetes facilita el paso de la fragilidad a la discapacidad en los mayores, de tal forma que el riesgo de discapacitarse en personas ancianas frágiles con diabetes es el doble respecto al de



Un momento de la charla que ofreció el doctor Leocadio Rodríguez, dentro del seminario de biomedicina. / RUBÉN SERRALLE

LOS DATOS

► **DIABETES:** Una de cada dos personas mayores de 65 años son hoy en día diabéticos, una prevalencia que aumentará en los próximos años.

► **FRAGILIDAD:** Las personas con diabetes, en opinión del doctor Rodríguez, se deterioran más rápidamente y tienen más riesgo de caídas y fracturas,

en definitiva, de sufrir de fragilidad. De hecho, si el 10% de los mayores de 65 años son frágiles, el porcentaje aumenta entre el 17 y el 20% en el caso de los diabéticos.

► **PREVENCIÓN:** Con un buen control de la enfermedad, de la diabetes, fijando los niveles de hemoglobina glicosi-

lada entre 7 y 8 si la persona no es frágil y entre 7,30 y 8,30 si lo es; una buena nutrición; y una actividad física adecuada para fortalecer la musculatura.

► **GUÍA CLÍNICA:** Lo primero es hacer una valoración de la situación funcional de cada paciente porque la intervención en cada caso variará.

ancianos mayores frágiles que no tienen diabetes».

Ante esta situación, «uno se pregunta de qué manera las personas diabéticas mayores de 65 años pueden prevenir ese riesgo». El jefe del Servicio de Geriátría del Hospital de Getafe apunta varias pautas a seguir, como el control de la diabetes, controlando que el nivel de hemoglobina glicosilada se sitúe entre 7 y 8 para evitar efectos secundarios de la medicación que baja la azúcar si no son frágiles y

entre 7,30 y 8,30 si lo son; que se nutran bien, porque hay muchas personas con diabetes que siguen dietas restrictivas e hipocalóricas y eso les conduce a la malnutrición, y que realicen actividad física fundamentada en fortalecer la musculatura y no en lo aeróbico.

► **GUÍAS.** El doctor Rodríguez es autor de varias guías clínicas para la atención de este colectivo. En su opinión, el problema de las guías clínicas es su bajo nivel de implan-

tación, pero cada vez más organismos oficiales están adoptando este marco teórico, y un ejemplo de ello es la OMS, que en diciembre de 2013, a través de la Federación Internacional de Diabetes, publicó el primer documento del manejo de la diabetes en personas mayores, «que señala que lo primero que hay que hacer es una valoración de la situación funcional de la persona anciana, porque dependiendo de su situación funcional el manejo e intervención será distinto».