



7 Abril, 2015

La diabetes crónica es la cuarta causa de muerte en las mujeres

Un estudio médico ayudará a mejorar el tratamiento de la enfermedad en la población femenina

Carme ESCALES

Cansancio y más hambre y sed de lo habitual fueron los síntomas que, a los 39 años, hicieron pensar a Aránzazu Robles que algo estaba pasando en su organismo. Pero, al percibirlo justo al reincorporarse al trabajo después del verano, lo atribuyó al síndrome posvacacional, hasta que unos vómitos repentinos tras una comida de domingo la hicieron acudir a urgencias. «Estuve una semana ingresada en el Vall d'Hebron, porque en las analíticas que me hicieron al llegar me salieron disparados los índices de glucosa. Y ya allí me dijeron que tenía diabetes», recuerda.

De este modo, Aránzazu Robles pasó a formar parte del 13,8% de la población española diagnosticada de diabetes, más de 5,3 millones de personas, según la Sociedad Española de Diabetes, basándose en el estudio *Di@betes*. En la población global, la enfermedad es más frecuente en varones que en mujeres. «Aproximadamente el 70% de los casos se diagnostican en hombres. Pero, a partir de los 45 años, esa tendencia empieza a invertirse y, en los mayores de 75 años, la diabetes, igual que sucede con otros factores de riesgo cardiovascular, es más prevalente en mujeres», según precisó el doctor Fernando Gómez Peralta, especialista de la Unidad de Endocrinología y Nutrición del Hospital General de Segovia y secretario de la Sociedad Española de Diabetes. Lo hizo en el marco de un encuentro organizado por los laboratorios Novartis en el que se dieron cita -el pasado 6 de marzo- expertos en enfermedades cardiovasculares de toda España para debatir el diagnóstico y abordaje de la diabetes en mujeres.



CONTROL DIARIO. Una paciente se somete a la medición de los valores de glucosa para saber si precisa inyectarse insulina o no.

MÁS HIPOGLUCEMIAS // Según la Sociedad Española de Diabetes (SED), esta patología evidenciada por la falta o insuficiencia de insulina -la hormona que regula la cantidad de glucosa, azúcar, en la sangre- «afecta al 13,3% de las mujeres de entre 60 y 74 años, mientras que en esa misma franja de edad la padecen el 11,8% de los hombres». Se sabe también que «la diabetes deteriora en mayor medida la salud de las mujeres, y está considerada la cuarta causa de mortalidad entre las españolas», constata la SED. «Varios estudios confirman que las mujeres con diabetes sufren más hipoglucemias que los hombres o más eventos cardiovasculares», señaló el doctor Gómez Peralta.

En base a tales datos, se ha puesto en marcha en España el estudio *Lady-ab*, en el que participarán 1.500 profesionales sanitarios y aproximada-

PREVENCIÓN MEDIANTE DIETA Y EJERCICIO

«La diabetes de tipo 2 -en la que el cuerpo sí produce insulina, pero no la suficiente- puede aparecer en todas las etapas de la vida de la mujer, aunque sobre todo debido a la elevada prevalencia de obesidad», precisó la doctora Susana Monereo, jefa del Servicio de Endocrinología del Hospital Gregorio Marañón. Por ello, añadió, «en la mujer con diabetes, es imprescindible conseguir una pérdida de peso y mantener ese descenso». «En personas con alto riesgo de tener diabetes, el mantenimiento del peso adecuado, con una dieta variada, escasa en azúcares y ajustando las calorías a las

necesidades requeridas, y la inclusión de ejercicio físico dentro de las actividades de la vida diaria han demostrado reducir a más de la mitad (el 58%) la probabilidad de desarrollar diabetes», añadió la doctora Sara Artola, médica de familia y coordinadora de la Red de Grupos de Estudio de la Diabetes en Atención Primaria de la Salud (redGDPS). En los casos de diabetes hereditaria, «con la misma carga genética, el desarrollo de la enfermedad dependerá del grado de sedentarismo y la obesidad ligada a una dieta inadecuada y, casi siempre con exceso de calorías ingeridas», indicó Artola.

mente 140 pacientes, que permitirá estudiar las causas de las diferencias en el abordaje de la diabetes entre hombres y mujeres.

ÉNFASIS CARDIACO // El riesgo de enfermedades cardíacas es la complicación más común de la diabetes y, según los expertos, estas complicaciones son más frecuentes en la mujer con diabetes que en el hombre con esta patología. «Las mujeres con diabetes que han sufrido un ataque cardíaco tienen las tasas de supervivencia más bajas y menor calidad de vida que los hombres con idénticos problemas», según se informó en la jornada de expertos sobre el tema.

Otra evidencia de la especificidad de la diabetes en las mujeres es su relación con la menopausia. Según la doctora Sara Artola, médica de familia y coordinadora de la Red de

Grupos de Estudio de la Diabetes en Atención Primaria de la Salud (redGDPS), «la aparición de diabéticos en una gran mayoría de las mujeres se produce tras la menopausia, quizá más asociada al aumento de peso».

ETAPAS EN LA VIDA DE UNA MUJER // El metabolismo femenino le otorga a la enfermedad de la diabetes diferentes escenarios y peculiaridades a la hora de ser abordada médicamente. «La diabetes tipo 2 -en la que el cuerpo no produce suficiente insulina para autorregular el nivel de azúcar en la sangre- antes solo se diagnosticaba en mujeres adultas, pasados los 45 o los 50 años, o en ancianas, pero esta realidad está cambiando», según explicó la doctora Susana Monereo, jefa del Servicio de Endocrinología del Hospital Gregorio Marañón. «En la mujer joven, la diabetes interfiere claramente en la fertilidad. La resistencia a la insulina inicial favorece la aparición de ovarios poliquísticos

Las diabéticas que han sufrido un ataque cardíaco tienen tasas de supervivencia más bajas y menor calidad de vida que los diabéticos

y ello conlleva problemas de ovulación y dificultad para quedar embarazada», dijo Monereo. «Por otro lado -añadió-, la diabetes afecta de forma importante a la gestación, ya que puede dar lugar a fetos macrosómicos (con exceso de tamaño) y diversas malformaciones».

«Durante la gestación, la diabetes constituye un factor de riesgo para a madre, el feto y el recién nacido. Hasta el 12% de las embarazadas presentan diabetes gestacional, sobre todo debida a un incremento de la obesidad y al retraso en la edad de la gestación», apuntó la doctora Sara Artola. En cuanto a la edad adulta, debido a las complicaciones que pueden derivarse de la diabetes, como la hipertensión arterial y la dislipemia (alteración del nivel de lípidos en sangre), los profesionales sanitarios nos encontramos con pacientes polimedicadas, en las que ya podemos empezar a ver enfermedades cardiovasculares como el ictus, la insuficiencia renal o los problemas visuales», declaró la doctora Monereo. «Entre las ancianas, más allá de las limitaciones de movilidad derivadas de la obesidad, la diabetes suele provocar problemas visuales, renales y casos de ictus», añadió la doctora del Hospital Gregorio Marañón, ponente también en la jornada en la que se debatió la necesidad de un abordaje terapéutico distinto para las mujeres con diabetes, una enfermedad, aún infradiagnosticada.

Según la Sociedad Española de Diabetes, «la mitad de las personas con diabetes en el mundo están sin diagnosticar». ≡