

EL PAÍS, domingo 17 de septiembre de 2000

La enfermedad del siglo XXI no será el cáncer, ni el sida, ni el infarto. Se llama diabetes de tipo 2, y se trata de un mal asociado tradicionalmente a la vejez y al modo de vida de los países ricos. Esta dolencia, fuente de otras muchas (cáncer,

ceguera, insuficiencia renal, gangrena, infarto), ha desbordado las barreras de edad y las fronteras de Occidente. En 1990 había en la Tierra 30 millones de diabéticos. Hoy esa cifra se ha quintuplicado, y para el 2010 la OMS calcula que

habrá alcanzado los 250 millones de personas. En España viven tres millones de enfermos. Pero lo más grave es que la mitad no saben que padecen la enfermedad. Y esa ignorancia les está matando por falta de tratamiento.

Diabetes, la plaga del siglo XXI

En los últimos 10 años se ha quintuplicado el número de afectados por esta enfermedad

TOMÁS BÁRBULO, Madrid
A Nacho C., un malagueño de 15 años, comenzó a dolerle el pie izquierdo en noviembre de 1998. Al principio, sus padres atribuyeron la pequeña ulceración en su dedo gordo al roce de las zapatillas deportivas y le obligaron a cambiarse de calzado. Como seguía quejándose, le llevaron al traumatólogo. Pero nada podía solucionar un especialista en huesos. El chico padecía diabetes de tipo 2, una enfermedad frecuente en las personas de edad avanzada, pero muy extraña entre los jóvenes. Hasta ahora.

Sólo dos años después de que Nacho sufriera los primeros dolores, los endocrinólogos admiten abiertamente que la diabetes de tipo 2 se ha convertido en una epidemia. No sólo se ha disparado el número de casos, sino que en las estadísticas figuran cada día personas de menos edad. "La enfermedad se está desbordando y ya aparece incluso en niños", confirma el doctor José Luis Herrera Pombo, especialista de la madreleña clínica de la Concepción y hasta hace sólo tres meses presidente de la Sociedad Española de Diabetes (SED).

Los diabéticos de tipo 2 suman el 90% del total de los afectados por la falta de glucosa en los músculos. Al contrario de los que sufren diabetes de tipo 1 (hasta hace poco conocida como infantil), su páncreas suele producir insulina. El problema es que los músculos son incapaces de procesarla. "Los tejidos muestran resistencia a esta sustancia, necesaria para absorber la glucosa de la sangre", explica el doctor Herrera. "Al final, el páncreas fracasa", concluye.

En España no existen estadísticas globales sobre este mal. Pero las realizadas en algunas comunidades autónomas y provincias arrojan resultados escalofriantes: el 6,1% de los aragoneses, el 9,9% de los asturianos y el 11% de los ciudadanos de los estados de la Comunidad Autónoma de Madrid. A este porcentaje hay que sumar el de quienes padecen tolerancia anormal a la glucosa, "una fase intermedia entre la salud y la enfermedad", según el doctor Herrera: el 7,2% en Aragón, el 13,2% en Asturias y el 20,7% en Ciudad Real.

Basándose en estos trabajos y extrapolando datos de otros países europeos, los médicos calculan que en España hay 1,5 millones de diabéticos, el 90% de ellos del tipo 2. Pero esas mismas investigaciones revelan algo todavía más alarmante: otro millón y medio de españoles sufren la enfermedad y no lo saben.

Desde que fueron realizados estos informes hasta hoy, los porcentajes han aumentado. "Se estima que ahora somos 200.000

más que en 1995, y que dentro de cinco años se habrán sumado otros 700.000", declara Ana Belén Torrijos, enfermera ella misma y secretaria de la Federación Española de Diabetes (FED), que engloba a la práctica totalidad de las organizaciones que se ocupan de esta dolencia.

Las prospectivas españolas están en sintonía con las de la Organización Mundial de la Salud (OMS). En mayo, este organismo anunció que en 1990 había en el planeta 30 millones de enfermos. Diez años después la cifra se ha quintuplicado. Y para el año 2010 la OMS calcula nada menos que 250 millones de diabéticos!

¿Por qué esta explosión?

Adela Rovira, endocrinóloga de la Fundación Jiménez Díaz y ex presidenta de la Federación Española de Diabetes, explica que en la enfermedad confluyen los genes ("el patrón genético que favorece su desarrollo está en fase de investigación") y factores ambientales que facilitan su expresión. Esos factores ambientales han sido frecuentemente asociados con la riqueza.

"No es tanto una enfermedad de la riqueza como de un modo de vida", precisa la doctora Rovira. "El sedentarismo y una dieta alta en grasas acompañada de obesidad, sobre todo en el abdomen, son determinantes".

Esas circunstancias eran hasta hace una década casi exclusivas de los países industrializados. Pero en los últimos tiempos se han incorporado a la sociedad de consumo la Europa del Este y amplias capas de población de Centro y Suramérica y, en menor medida, de África. "Imagínese lo que sucederá cuando China se sume a los modos de vida occidentales. ¡Hay 1.200 millones de chi-

Antes de convertirse en cazador, el hombre necesitó evolucionar durante 100.000 años. Está programado para ahorrar energía, no para derrocharla. Hasta hace menos de un siglo se alimentaba de lo que cultivaba o de lo que cazaba o pescaba y conservaba en salazón. Si quería comer, debía recolectar sus alimentos en el huerto, desalarlos o desplazarse al mercado.

Sin embargo, ahora sólo tiene que abrir la nevera y untar algo en un pedazo de pan. En su trabajo permanece sentado

durante horas, y cuando llega a su casa, sentado en un coche, se derrumba ante el televisor.

Adela Rovira explica que "no estamos genéticamente preparados para asumir un cambio semejante en un período de tiempo tan breve".

Los indios pima son un ejemplo de lo que afirma la endocrinóloga de la Fundación Jiménez Díaz. Estos indígenas originarios de Arizona, al suroeste de Estados Unidos, donde el clima es riguroso y la comida escasea durante la mayor parte del año, han si-

do trasplantados desde sus campamentos a reservas del Gobierno. Allí gozan de las comodidades de la época: frigoríficos, televisores, teléfonos y coches. Pues bien, el 54% de los hombres y el 37% de las mujeres sufren diabetes.

Los científicos creen que la explicación de esta alta tasa radica en que su pasado les ha hecho heredar lo que llaman el *gen económico*, que baja el metabolismo en tiempos de hambre. De hecho, la tasa de diabetes entre sus parientes pima de México, al otro lado

de la frontera, no supera el 6% entre los hombres y el 11% entre las mujeres. Los mexicanos siguen desarrollando sus actividades tradicionales.

Algo parecido sucede con las familias de la comunidad religiosa amish de Pensilvania. Por motivos ideológicos, carecen de coches, teléfonos y televisores. A pesar de que su dieta es similar a la del resto de los estadounidenses y los gordos abundan entre ellos, sus tasas de diabetes son mucho más bajas que las del resto del país.



Un hombre obeso camina por las calles de Nueva York. / BERNARDO PÉREZ

nos", alerta Adela Rovira. El problema no es ajeno a las autoridades de Pekín, que han convertido la ciudad de Da Qing en un enorme laboratorio para ensayar medios de control de la diabetes.

El aumento de la esperanza media de vida también incide en las estadísticas sobre esta enfermedad asociada con la edad. Además, las nuevas tecnologías han sentado a millones de trabajadores ante pantallas de ordenador y los niños han cambiado los juegos en los que hacían ejercicio físico por las videoconsolas. "La explosión de diabetes entre los más jóvenes es favorecida por la combinación entre la comida basura y los juegos electrónicos", dice la doctora Rovira. Y advierte: "Este tema debe entrar de lleno en la educación infantil".

En la infantil y en la adulta, a juzgar por los datos recogidos en un estudio inédito patrocinado por la SED, que será presentado próximamente. Según este informe, el 10% de las personas diagnosticadas de diabetes de tipo 2 tenían lesiones en la retina. Esto supone que el mal llevaba siete años evolucionando cuando fue detectado por los médicos.

La comida
basura
y las videoconsolas
favorecen
la enfermedad
en los niños

Estos retrasos en los diagnósticos engordan aún más la enorme cantidad de dinero destinada por el Estado a combatir la enfermedad: 326.000 millones de pesetas, el 4,4% del presupuesto sanitario español. El dato figura en el estudio internacional *El coste de la diabetes tipo 2 en Europa*, presentado en noviembre del año pasado. En él se afirma también que el coste medio de un diabético en Europa es de 480.570 pesetas al año, frente a los 288.674 del resto de los ciudadanos.

Otro informe publicado el año pasado por los laboratorios Roche (*Estudio prospectivo Delphi*) se refiere al coste de la obesidad, una de las causas de la diabetes, en nuestro país. La cifra ha sido obtenida tras sumar la asistencia ambulatoria y hospitalaria a las enfermedades asociadas y a los costes por mortalidad prematura o bajas laborales. Resultado: 341.000 millones de pesetas. Pero lo más curioso es que el 64% de esta cantidad corresponde a gastos en productos de parafarmacia: dietas milagro, herboristería, acupuntura... Tras este escarpado de productos y tratamientos se ocultan con frecuencia el fraude comercial y, lo más grave, una diabetes sin diagnóstico.

Una evolución imposible