



## Rafael Carmena advierte del aumento imparable de la diabetes

El catedrático valenciano resalta que la calidad de vida de los insulinodependientes mejorará con nuevas técnicas

**La Granda, L. Á. VEGA**

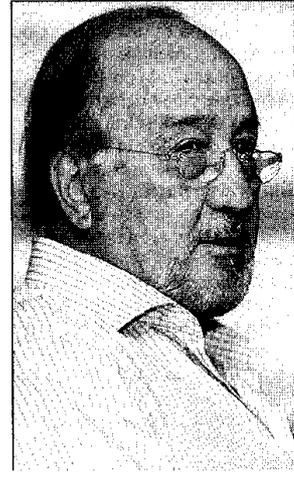
La diabetes de tipo 2, relacionada con la obesidad y la ausencia de ejercicio físico, afecta a un 6% de los españoles. Rafael Carmena, catedrático de Patología Médica de la Universidad de Valencia y premio «Jaume I» de medicina clínica, advirtió ayer en La Granda sobre el «importante incremento» de esta enfermedad que se espera para las próximas décadas. Según datos de las autoridades sanitarias, «hasta el año 2025, la diabetes aumentará un 35%». El profesor

señaló que la enfermedad se incrementará incluso en el continente africano, aunque en mayor medida en los países occidentales, debido al envejecimiento de la población y al mantenimiento de hábitos de vida sedentarios. Carmena señaló que la calidad de vida de los diabéticos que precisen insulina mejorará con nuevas técnicas para administrarla.

El catedrático ofreció una panorámica de esta enfermedad progresiva que «se suele diagnosticar tarde, tras una década de

problemas de hipoglucemia, y sobre todo a raíz de un infarto o complicaciones cardiovasculares». En este sentido, resaltó en su conferencia la necesidad de un diagnóstico precoz. La incidencia de la enfermedad aumenta a partir de los 50 años, tramo de edad en la que afecta al 10% de la población, según un estudio realizado en Cataluña.

Rafael Carmena, ligado además a la Universidad de Edimburgo (Escocia), repasó alguno de los estudios realizados con prediabéticos —«un término



RICARDO SOLIE

Rafael Carmena.

desechado hace tiempo por sus connotaciones negativas, pero que vuelve a utilizarse», indicó— para descubrir qué métodos pue-

den utilizarse para reducir la incidencia de esta enfermedad, que puede tener efectos terribles, como el infarto y la ceguera.

Según uno de esos informes, realizado hace tiempo en Finlandia, «con cinco horas semanales de ejercicio aeróbico, dieta y una pérdida de cinco kilos mensuales, se redujo un 58 por ciento el riesgo de sufrir diabetes entre enfermos potenciales». Otro estudio norteamericano corroboró este mismo porcentaje. En este sentido, el profesor aconsejó a las personas con propensión a la diabetes —por tener familiares con la enfermedad o sufrir sobrepeso— «que hagan ejercicio todos los días».

Sin embargo, advirtió de que «esa presión que se ejerce sobre los adultos para que bajen peso puede ser un mensaje malinterpretado por los adolescentes, en los que están incrementándose los trastornos de la alimentación, como la anorexia y la bulimia».