

Alrededor de 20.000 asturianos adultos ignoran que padecen de diabetes

Los hábitos alimentarios y el sedentarismo han provocado el aumento de la incidencia de esta enfermedad, que la sufre el 10% de la población

DANIEL FERNÁNDEZ OVIEDO

La diabetes afecta a uno de cada diez asturianos mayores de treinta años, pero seis de cada diez enfermos de esta dolencia ignoran que la padece. «El 10% de la población del Principado en edades comprendidas entre los 30 y los 75 años padece de diabetes. Sin embargo, el 60% de ellos desconoce que la sufre», afirmó ayer el doctor Francisco Fernández, miembro del servicio de Nefrología del Hospital Central de Asturias.

Estas cifras corresponden a un estudio elaborado por la doctora Patricia Botas, miembro del servicio de Endocrinología del Hospital San Agustín de Avilés, y por el jefe de este mismo área del Hospital Central, Francisco Díaz Cadórnigo.

El estudio de estos datos será uno de los ejes centrales sobre los que se desarrollarán las VII Jornadas sobre Hipertensión, que se celebrarán en Oviedo entre el 2 y el 3 de octubre y de cuya organización se encarga el doctor Fernández Vega. Durante estos encuentros se debatirá la situación de esta enfermedad en el Principado así como aquellas otras patologías que están relacionadas en su desarrollo, como son la diabetes o la obesidad.

«Estas dos dolencias son unas auténticas epidemias. En Asturias, el 25% de los adultos son obesos y el 30% tiene problemas de sobrepeso», afirmó el nefrólogo. Además, el 40% son hipertensos y otro 40% tiene el colesterol alto. Sufrir este tipo de enfermedades puede desencadenar graves problemas de salud, «una situación que se acrecienta si el paciente no realiza una alimentación adecuada, lleva una vida sedentaria y fuma». Este tipo de hábitos son los que, en gran medida, explican el aumento de la incidencia de la diabetes o la obesidad entre la población adulta asturiana.

Pero si los datos que refleja este estudio son alarmantes, no lo son



ALERTA. El doctor Francisco Fernández Vega presentó ayer las VII Jornadas sobre Hipertensión. / J. DÍAZ

LOS DATOS

- **Diabetes:** la sufre el 10% de los mayores de 30 años. El 60% de ellos ignoran que la padecen.
- **Síntomas:** sensación de sed, orinar con frecuencia y pérdida de peso sin causa aparente.
- **Obesidad:** el 25% de los asturianos son obesos y el 30% sufren de sobrepeso. Aproximadamente entre el 11 y el 17% de los niños del Principado son obesos.

menos los cálculos sobre la incidencia de esta enfermedad entre los niños.

Alerta infantil

«Creemos que entre el 11 y el 17% de la población infantil asturiana es obesa. Esto nos lleva a pensar que la incidencia de la dia-

betes entre los menores es, a su vez, muy elevada», declaró el nefrólogo Francisco Fernández Vega.

«Es necesario que todos nos concienciamos de que debemos cambiar nuestros hábitos de vida y los de nuestros hijos. Es importante tener una dieta equilibrada y hacer ejercicio al menos una hora diaria», añadió el miembro del servicio de Nefrología del Hospital Central de Asturias.

Otro de los consejos de este especialista es «huir de las dietas mágicas. No hay una varita para bajar de peso. Sabemos de pacientes que han llevado dietas hiperproteicas que han sufrido graves efectos secundarios. Lo lógico es perder peso de una manera racional, un kilogramo por mes. Si no es así es que no se lleva una alimentación correcta», puntualizó.

También los «malos hábitos» explican otros datos alarmantes que ayer fueron dados por el doctor Fernández Vega. «Asturias ocupa, junto a Murcia, Aragón y Galicia, los primeros lugares en fallecimientos de 7 de las 16 principales causas de muerte en España», explicó.

De esta forma, el Principado colidiera con las otras tres autonomías el número de muertes por isquemia vascular, enfermedad cerebro-vascular, cáncer de mama, colon pulmón y próstata y diabetes.

Todos estos datos y esta problemática serán debatidos en las próximas Jornadas sobre Hipertensión que se celebrarán en Oviedo. En este encuentro participarán especialistas y profesionales de Atención Primaria de todo España.