

DEBATE ¿Es la diabetes una epidemia? / ENRIC ESMATJES

## Complicaciones a largo plazo

**L**a diabetes es una enfermedad crónica con un riesgo potencial de aparición de complicaciones a largo plazo. Mantener de forma sostenida niveles elevados de glucosa en la sangre induce una serie de alteraciones estructurales y funcionales en la pared de los vasos sanguíneos que pueden, a la larga, ser responsables de la lesión de diversos órganos.

Las principales complicaciones crónicas de la diabetes afectan al riñón y a la retina, aunque quizá lo más preocupante en estos momentos es que la diabetes es uno de los principales factores de riesgo para presentar un accidente vascular.

ENRIC ESMATJES, *consultor médico, jefe en funciones del servicio de Endocrinología del hospital Clinic Universitari*

El daño al riñón conlleva una pérdida importante de proteínas por la orina, asociada a hipertensión arterial y a un lento y progresivo deterioro de la función renal, que en ocasiones puede llevar al paciente a necesitar la diálisis o el trasplante. Pero llegar a esta fase requiere muchos años, y existen unos cambios mucho más precoces, como ligeros aumentos en la cantidad de albúmina en la orina o discretos aumentos de la presión arterial. Su detección es fundamental ya que hoy tenemos fármacos eficaces para su tratamiento y poder detener o ralentizar su progresión. Es de esperar que con esta actitud terapéutica cambiemos la historia natural de esta complicación que hoy es la primera causa de entrada en diálisis en el mundo occidental, incluida Catalunya.

La afectación de la retina puede

### NO HAY DUDA DE la relación entre el grado de control de la diabetes y la frecuencia de las complicaciones

condicionar una pérdida de visión que en ocasiones llega a ser importante y provocar incluso la ceguera. Su instauración es progresiva y se inicia con la aparición de pequeñas dilataciones vasculares, pequeñas hemorragias y exudados, que traducen una alteración en la estructura de la pared de las arterias y venas retinianas que implicarán un severo compromiso de la visión.

Desgraciadamente, en nuestro medio la retinopatía diabética es la primera causa de ceguera aunque la perspectiva de esta complicación ha cambiado notablemente en los últimos tiempos. Explorar cada año el fondo del ojo, diagnosticarla precozmente y aplicar correctamente un tratamiento con rayo láser ha cambiado la historia natural de esta complicación.

La diabetes es un factor importante en la aparición y progresión de la arteriosclerosis y por tanto no es de extrañar que las personas con diabetes presenten un riesgo entre dos y cuatro veces superior al de la población general de sufrir un infarto de miocardio, un accidente vascular cerebral o lesiones a nivel vascular periférico. En este sentido, es fundamental reducir los restantes factores de riesgo como son el tabaquismo,

la hipertensión arterial o la obesidad, sin olvidar el papel preventivo que puede tener el tratamiento con aspirina a dosis bajas.

No hay duda de la relación que existe entre el grado de control de la diabetes y la frecuencia con que aparecen las complicaciones crónicas a largo plazo, siendo esto importante en las etapas precoces de la enfermedad. Actualmente tenemos posibilidades terapéuticas de conseguir que las personas con diabetes tengan un buen control, pero para conseguirlo es básico su colaboración. En ocasiones es difícil para el enfermo entender la necesidad de efectuar repetidos autoanálisis de glucemia, administrarse frecuentes dosis de insulina o ser minucioso en la dieta. Sin duda, una motivación fundamental ha de ser verse libre de las complicaciones crónicas de la enfermedad.●