

Canarias, comunidad autónoma con mayor prevalencia de diabetes por factores genéticos y ambientales

Los expertos, durante el XXXIV Congreso Nacional de la SEN, han insistido en la importancia de seguir la dieta mediterránea como vía para afrontar los factores externos relacionados con la alta prevalencia de la enfermedad en la isla

Redacción, Santa Cruz de Tenerife.- Canarias es la Comunidad Autónoma española con mayor prevalencia de diabetes, alcanzando hasta al 12 por ciento de sus habitantes en determinados grupos poblacionales de edad avanzada. Así lo ha afirmado Juan Francisco Navarro González, coordinador del Área de Nefrobiología y riesgo cardiovascular del Hospital Nuestra Señora de la Candelaria y presidente del Comité Organizador del XXXIV Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nefrología, celebrado recientemente en el Complejo Mare Nostrum de Tenerife.

Las razones de la alta incidencia de la diabetes en Canarias son todavía desconocidas. Sin embargo, y según explica el doctor Navarro, la aparición de diabetes depende de la conjunción de factores ambientales y genéticos. "Es probable que en Canarias exista una base genética que predisponga al desarrollo de diabetes, la cual aparecerá cuando incidan esos otros factores basados en la dieta o el estilo de vida", subraya el especialista del hospital tinerfeño.

Sin embargo, los habitantes de las Islas Canarias tienen en su mano reducir el riesgo de padecer diabetes. "Sobre los factores genéticos no podemos actuar, por lo menos por el momento; lo que sí podemos hacer es actuar sobre los factores externos que son determinantes a la hora de desarrollar la enfermedad", señala el doctor Navarro.

En este sentido, es "tremendamente importante" cambiar el estilo de vida. Una de las claves para conseguirlo: prestar primordial atención a la dieta, abogando por la tan venerada dieta mediterránea que tan poco se practica. "Hay que evitar la obesidad, que es un factor tremendamente importante, para lo cual la dieta y el ejercicio físico regular son armas muy efectivas. Por otra parte, hay que abandonar hábitos insanos como el tabaco", apunta el presidente del Comité Organizador del Congreso, que ha reunido a más de 1.500 especialistas.

Epidemiología de la diabetes

Aunque no existe un estudio epidemiológico de suficiente envergadura que nos permita comparar los porcentajes de diabéticos en Canarias y la Península, el doctor Navarro confirma que "la prevalencia de diabetes que se encuentra es más elevada que en el resto del país".

Así, mientras que para el territorio nacional la prevalencia de diabetes se puede estimar en un 6-7 por ciento, en Canarias podemos estar hablando en torno a un 9 por ciento "e, incluso, según datos recientes, en grupos poblacionales de edad avanzada podemos tener una prevalencia superior al 12 por ciento".

Para acabar con las dudas sobre la prevalencia real de la diabetes en las Islas Canarias, el doctor Navarro anuncia que actualmente está en marcha un estudio "de gran interés para Canarias", denominado CDC, que se lleva a cabo desde la Unidad de Investigación del Hospital Nuestra Señora de Candelaria y cuyo investigador principal es el doctor Antonio Cabrera. "Los resultados de este estudio, que se realiza con muestras poblacionales de todas las islas, ayudarán a conocer

con rigor la prevalencia de diabetes que tenemos en nuestra comunidad”, afirma el experto.

Los nefrólogos tienen mucho que decir sobre la diabetes, ya que la relación entre la Nefrología y esta enfermedad es “directa y muy relevante”. A lo largo de su evolución, la diabetes se asocia con una serie de complicaciones: afecta a la vista, al corazón y también al riñón, de forma tan importante que se puede decir que “la diabetes es la enfermedad que determina el daño renal en la mayor parte de los pacientes que precisan tratamiento renal sustitutivo mediante diálisis o trasplante”.

En este punto, Canarias ocupa un lugar destacado. “Mientras que aproximadamente un 25 por ciento de los pacientes que se encuentran en programas de diálisis en España y Europa presentan como enfermedad de base la nefropatía diabética, en Canarias este porcentaje es superior al 40 por ciento”, explica el doctor Navarro, añadiendo además que la nefropatía diabética determina un “dramático incremento” del riesgo cardiovascular.

Sin embargo, el paciente diabético que sufra nefropatía asociada a la enfermedad todavía puede hacer mucho por su salud. “Es decisivo que el paciente tome conciencia de su enfermedad y participe activamente en su cuidado y tratamiento. El control metabólico y de la presión arterial son aspectos fundamentales, dado que está claramente demostrado que un mal control tanto de la glucemia como de la tensión arterial se asocia a una peor y más rápida evolución de la lesión renal en estos pacientes”, concluye el experto.