

23 octubre 2004

## Más de 20.000 cacereños padecen diabetes sin saberlo. La Uex investiga remedios con células del páncreas

**Un congreso analiza la importancia de la educación de los pacientes que padecen este trastorno. Cada vez aparecen más enfermos entre los niños y adolescentes por culpa de los malos hábitos de vida**

CÁCERES / TRUJILLO

Es una enfermedad silenciosa, asintomática, pero suya es la culpa de buena parte de los casos de ceguera, infartos y graves problemas renales que se producen, sobre todo en los países desarrollados, donde su incidencia es cada vez mayor por culpa de los hábitos de vida poco saludables.

En la provincia de Cáceres hay unos 22.000 diabéticos diagnosticados, pero el dato más preocupante es que una cifra similar de personas padecen la enfermedad y ni siquiera lo saben, ya que no presenta síntomas y sólo puede detectarse por medio de análisis que midan el nivel de glucosa.

Ayer comenzó en Trujillo el VII Congreso de la Asociación de Educadores en Diabetes de Extremadura (AEDEx), un colectivo formado por 150 médicos, enfermeros, dietistas, psicólogos, podólogos y fisioterapeutas preocupados por transmitir a la población diabética la enorme importancia de la educación que deben adquirir para mejorar sus condiciones de vida. «Es la piedra angular del tratamiento de la diabetes, pues no sólo proporciona al paciente la autonomía necesaria para que su calidad de vida sea buena, sino que además es una herramienta terapéutica que se ha demostrado que es muy efectiva», afirmó el presidente de la asociación, Francisco Morales.

Entre los asuntos más graves que ayer se señalaron se encuentra la cada vez mayor incidencia de la enfermedad entre los niños y adolescentes. De hecho, cada año se diagnostican en la provincia de Cáceres 80 nuevos diabéticos menores de 14 años cuando, como señala el vicepresidente AEDEx, el endocrinólogo Fidel Enciso, esta es una enfermedad que suele aparecer después de los 45 años. «El motivo principal es la mala alimentación y la falta de ejercicio», apunta el especialista.

La progresión de la enfermedad es tremenda. Si en 1985 había unos 30 millones de diabéticos en todo el mundo, actualmente hay 150 millones, y se calcula que en 2025 serán más de 330 millones los afectados. «Ya se considera una auténtica epidemia», asegura Enciso.

La mayor parte padecen diabetes del tipo dos, es decir en la que el organismo del paciente sí es capaz de producir insulina, pero ésta no hace bien su trabajo. La insulina es como una especie de llave que abre las células para que pueda entrar el azúcar. Si esto no ocurre, se producen patologías que pueden ir desde la pérdida de la vista hasta el infarto de miocardio. Además, puede causar una insuficiencia renal crónica, con lo que se hace necesaria la diálisis, y ataca con especial virulencia a las extremidades inferiores. «Es la principal causa no traumática de amputaciones de pies y piernas, y la probabilidad que tiene un diabético de sufrir un infarto es la misma que la de un no diabético que ya haya tenido uno», explica Fidel Enciso.

La diabetes es la culpable de entre el 20 y el 30 por ciento de los casos de ceguera. La primera causa de muerte entre estos pacientes es el infarto, ya que entre el 50 y el 60 por ciento de ellos fallecen por este motivo.

## **Diagnóstico a tiempo**

Los peligros son muchos si la diabetes no se trata, y de ahí que los especialistas hagan especial hincapié en la necesidad de diagnosticarla a tiempo. Aconsejan hacerse análisis de glucosa a todos las personas mayores de 45 años, y repetirlos cada tres años si los resultados son negativos. Hay que tener en cuenta que las mujeres son más propensas (tres de cada cuatro casos) y que existe un claro componente genético, de modo que las personas con familiares diabéticos están más expuestas.

En cualquier caso, Fidel Enciso recuerda que la principal causa de la diabetes es la obesidad, hasta el punto de que la mitad de los pacientes tienen problemas de sobrepeso. Así, para reducir el riesgo basta con mantener los hábitos de vida que están consensuados como saludables, es decir, hacer ejercicio moderado (caminar 30 minutos al día es suficiente), evitar el azúcar en exceso y las grasas saturadas y comer cinco raciones diarias de frutas y verduras.

El tratamiento, en la mayoría de los casos, sigue siendo las inyecciones de insulina, dos diarias en la diabetes de tipo dos y tres o cuatro en la de tipo uno. En el congreso de Trujillo se van a mostrar algunos de los últimos avances farmacológicos, como la llamada bomba de insulina, un pequeño aparato que va suministrando al paciente la cantidad necesaria durante todo el día.

## **Aprendizaje**

Los especialistas extremeños reunidos ayer y hoy apuestan sobre todo por la educación, que consiste por ejemplo en que cada paciente aprenda a variar él mismo el tratamiento según lo necesite. «No se precisa la misma insulina para hacer una marcha por el campo que para un día en el que vas a estar todo el día en casa tumbado en el sofá», matiza Enciso.

Además, resulta tremendamente importante el apartado psicológico, hasta el punto que hay personas a las que se diagnostica diabetes y se niegan a aceptarlo. «Supone un golpe brutal por todo lo que conlleva, y hay gente que no lo asimila e incluso necesita tratamiento psicológico», afirma el endocrinólogo, quien por otra parte aclara que los diabéticos pueden llevar una vida del todo normal siempre que observen una correcta medicación, dieta y ejercicio.

El programa del congreso trujillano se centrará en las mejoras en los tratamientos y los cuidados a los pacientes, y en él se revisarán la prevención y el tratamiento de algunas de las complicaciones relacionadas con la enfermedad. La conferencia inaugural, pronunciada ayer, corrió a cargo de la presidenta de la Federación Española de Asociaciones de Educadores en Diabetes, Esther Gil, y la de clausura la protagonizará hoy el médico Agapito Gómez Villa. Uno de los participantes en la presentación ayer del congreso de la AEDEx fue el profesor de la Facultad de Veterinaria de la Uex Eloy Redondo, quien habló sobre los experimentos sobre diabetes que se están realizando en la facultad con ratas.

Se trata del cultivo de células del páncreas, que son las productoras de la insulina, si bien la investigación se encuentra aún en una fase inicial.

Por su parte, el presidente de AEDEx, Francisco Morales, se refirió a los avances en los fármacos orales, más potentes y eficaces, que hacen que los pacientes no necesiten la insulina tan pronto. Asimismo, habló de los trasplantes de islotes de páncreas, si bien son aplicables sólo a una pequeña parte de los pacientes, y dijo que en el plazo de cinco años será posible la implantación de páncreas artificiales.