

Redacción

## **Diabéticos e hipertensos, más frágiles ante el exceso navideño**

Los pacientes con enfermedades crónicas como hepatópatas crónicas, diabéticos, hipertensos, o aquéllos que padecen reflujo gastroesofágico son los más vulnerables a los efectos adversos que pueden provocar las comidas copiosas y el exceso de alcohol, tan habituales en Navidad. La ingestión descontrolada de grasas, licores y alimentos azucarados puede producir descompensaciones en los niveles de glucosa de los diabéticos, y de la presión arterial en los pacientes hipertensos.

Según Manuel Díaz-Rubio, jefe del Servicio de Aparato Digestivo del Hospital Clínico San Carlos, "es muy importante que estas personas continúen con el tratamiento farmacológico y con sus hábitos dietéticos, para evitar descompensaciones. El hecho de que se hagan celebraciones que no tienen lugar el resto del año no implica que pueda dejar de tomarse la medicación prescrita por su médico: además, en el caso de los diabéticos no es difícil mantener el régimen sin azúcares, puesto que existen alimentos específicos que pueden tomar sin problemas".

Díaz-Rubio ha recordado las consecuencias que puede tener la ingesta excesiva de alcohol, frecuente en estas fechas, y que constituye un importante problema en individuos sanos, pero aún más en personas con antecedentes de enfermedad hepática.