

Ana Callejo

El 80 por ciento de los diabéticos mueren por una enfermedad cardiovascular

La enfermedad cardiovascular es la principal causa de mortalidad entre los diabéticos. Se estima que el 80 por ciento de estos pacientes fallece debido a enfermedad isquémica cardíaca.

La Fundación Española del Corazón (FEC) ha querido ofrecer toda la información disponible sobre afección coronaria y diabetes en un libro patrocinado por Pfizer.

Diabetes y corazón se centra en la diabetes como factor de riesgo cardiovascular. Este manual está dirigido a pacientes y familiares y responde a la mayoría de las preguntas que surgen en torno a esta enfermedad. El objetivo de la FEC es divulgar entre los afectados la mejor información para generar salud.

José Luis Palma, presidente del Grupo de Trabajo de Corazón y Diabetes de la Sociedad Española de Cardiología y uno de los autores del libro, afirma que la diabetes es "una enfermedad cardiovascular de origen metabólico y como tal debe ser enfocada y tratada".

Los diabéticos tienen entre 3 y 4 veces más posibilidades de sufrir un infarto de miocardio, de desarrollar insuficiencia cardíaca congestiva, de sufrir un accidente cerebrovascular o una insuficiencia arterial severa de los miembros inferiores que podrían conducir a la amputación.

Hermenegildo de la Calle, presidente de la Sociedad Madrileña de Endocrinología, Nutrición y Diabetes y otro de los autores del libro, afirma que la expectativa de vida del diabético ha aumentado, pero también lo han hecho las enfermedades relacionadas con esta patología.

Salud Pública

Juan Antonio Pagán, subdirector general de Atención al Ciudadano, señala que el Ministerio de Sanidad y Consumo está realizando varios planes para prevenir el aumento de la incidencia de diabetes. Además del Plan nacional contra la obesidad va a llevar a cabo una campaña de prevención del infarto y un plan integral de asistencia a la persona con diabetes.

Alimentación y ejercicio

Juan Antonio Pagán recuerda las pautas que se deben seguir para prevenir la diabetes y la enfermedad cardiovascular. Es necesario llevar una alimentación sana; hacer ejercicio físico, ya que éste contribuye a mejorar el control glucémico y puede permitir reducir la dosis de insulina; moderar el consumo de alcohol, por su elevado contenido de azúcar, y luchar contra el tabaquismo. Las comidas rápidas suelen tener alto contenido en hidratos de carbono simples y grasas animales, por lo que se desaconsejan para las personas diabéticas.

Otro consejo práctico para la vida diaria del diabético es que debe implicarse en el control de su dolencia y seguir las recomendaciones del personal médico y sanitario. Además, las personas con diabetes deben cuidar exhaustivamente sus pies.