



Siguiendo al diabético

España, entre los países del mundo **con mayor prevalencia**

¿Quién no conoce a algún diabético? Todos tenemos o hemos tenido a alguien cercano padeciendo esta enfermedad crónica. Según los datos del informe de la OMS de febrero de 2005, el 8.7% de los españoles mayores de 20 años son diabéticos.

La glucosa es la moneda energética de nuestro organismo. Todas las células necesitan de este azúcar para hacer sus funciones; las neuronas, las células musculares... Por tanto, si esta sustancia es incapaz de entrar en nuestras células -lo que ocurre con estos pacientes- el problema se presenta importante. La ciencia ha conseguido que con insulina, otros fármacos y muchos buenos consejos, esta situación tan aparentemente grave, se pueda llevar con bastante tranquilidad. Así, el diabético puede realizar una vida de óptima calidad. Esta es la principal tarea del diabético, estar vigilando su salud, como cualquier individuo, pero de manera particular, definida en una serie de actos concretos, encabezados por la observación del nivel de glucosa en sangre. Esto es lo más importante tras el diagnóstico, que el paciente asimile este seguimiento con tranquilidad y compromiso.

Todavía es útil la clásica triple P, con la que se identifica la aparición de esta patología: Polidipsia, Polifagia y Poliuria, esto es, mucha sed, hambre y ganas de orinar. Pero además, ahora contamos con determinaciones analíticas muy fiables no sólo del azúcar en sangre, sino también de la cantidad de insulina, la hormona que permite la entrada de



CONTROL. Una farmacéutica realiza pruebas de glucemia. / LA VOZ

la glucosa en los tejidos, que puede producir el individuo.

Los problemas graves relacionados con esta enfermedad llegan de manera silenciosa, ya que no podemos ver lo que circula por nuestras venas al menos que vayamos sacando una parte. Son los efectos a largo plazo, con un nivel de azúcar en sangre poco controlado, los que producen trastornos graves y con difícil vuelta atrás. Ya no es sólo la dificultad para producir defensas frente a infecciones, sino una posible ceguera e importantes alteraciones vasculares en extremidades.

Por esto es tan importante llevar un escrupuloso seguimiento de la

enfermedad, un control continuo para adoptar las medidas oportunas en cada caso, desde pequeñas variaciones de la dieta hasta cambios en la dosificación de los distintos tratamientos médicos.

En el horizonte ha amanecido un nuevo día, una nueva esperanza, con la investigación con células madre que, pese a quien pese, traerá muy probablemente una cura definitiva para ésta y otras muchas enfermedades. Pero esto no ocurrirá hasta dentro de algunos, puede que no pocos, años. Pero estará ahí. Ahora, mientras tanto, el diabético sabe, más que nadie, que ha de cuidarse y vigilar su salud seriamente.