

Una de cada dos personas que padece diabetes sigue sin estar diagnosticada

En el Estado la sufren dos millones de personas, cifra que se doblará en 20 años

Nekane Lauzirika Bilbao

DOS MILLONES de personas tienen sus niveles de azúcar en la sangre por encima de unos valores recomendados. Esta cifra de pacientes diabéticos del Estado se podría doblar en los próximos veinte años. Además, otro de los aspectos que preocupa a los especialistas es que una de cada dos personas que padece esta patología no está diagnosticada con los graves riesgos que ello puede acarrear para su salud.

La causa de la diabetes tipo 1 es el ataque del sistema inmunológico contra las células beta del páncreas, encargadas de la producción de la insulina. «Esta tipología suele manifestarse en personas menores de 30 años, aunque podría llegar a desarro-

llarse a cualquier edad. Su evolución es gradual, pudiendo tardar varios años en manifestarse clínicamente. El cansancio, la pérdida progresiva de peso y la sensación de hambre son los síntomas más característicos de este tipo de diabetes. El tratamiento consiste en la administración diaria de insulina por inyecciones», asegura Rafael Arana, de la Fundación para la Diabetes, cuyo día mundial se celebra hoy bajo el lema "Somos distintos, somos iguales".

La diabetes tipo 2 es una enfermedad en peligrosa expansión. Es más frecuente en edades avanzadas, cuando existen antecedentes familiares de diabetes y en personas con obesidad. El 90% de los diabéticos tiene diabetes tipo 2 y sólo el 10% son diabéticos tipo 1.

«El problema -insiste en señalar Rafael Arana- es que existe un porcentaje elevadísimo de la población que no sabe que es diabética; no está diagnosticada. De

En peligrosa expansión

1. La diabetes tipo 2

Es la más frecuente en edades avanzadas, cuando hay antecedentes familiares o en obesos

2. Nuevas estrategias

Se dirigen a la prevención, para tratar la prediabetes con una sana alimentación

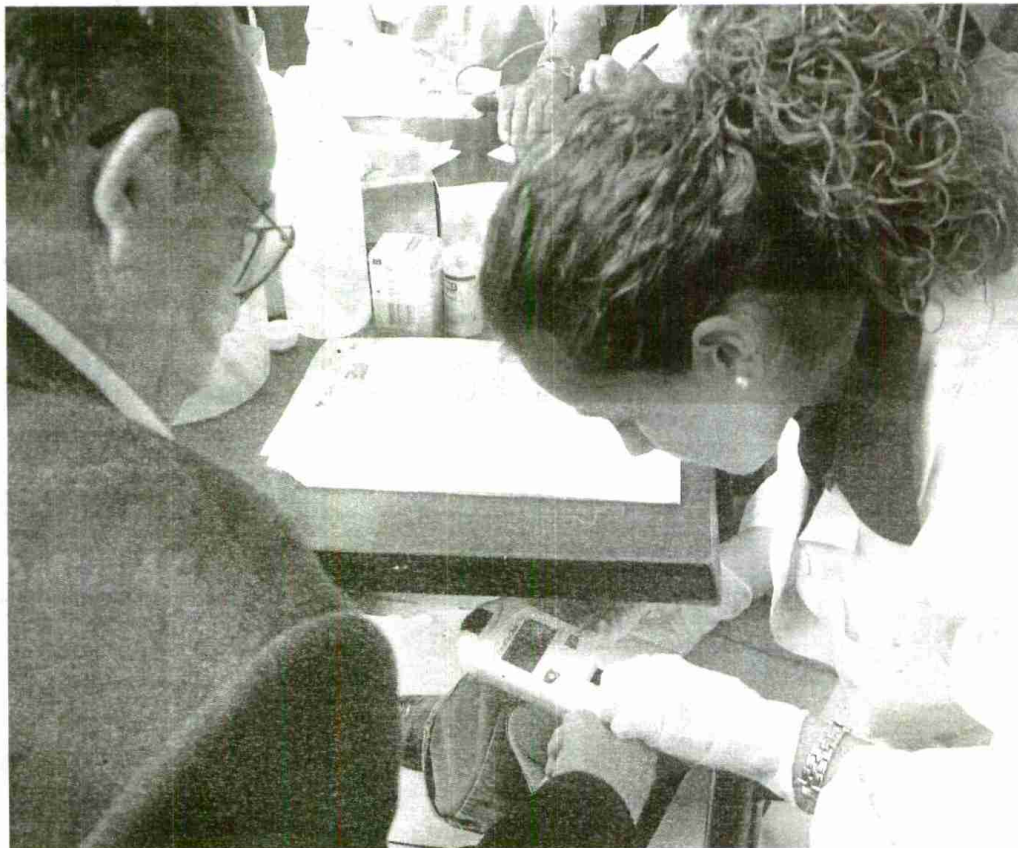
ahí, la importancia de la celebración de días internacionales».

Las nuevas estrategias para frenar la epidemia de diabetes tipo 2 se dirigen al ámbito preventivo, donde el tratamiento de la prediabetes (situación en la que los niveles de glucosa en sangre se sitúan por encima de lo normal, aunque no lo suficiente como para considerarla diabetes tipo 2) consiste entre otras medidas en el asesoramiento sobre alimentación sana y ejercicio.

300 millones de afectados

La Federación Internacional de Diabetes calcula que esta anomalía afecta actualmente a 300 millones de personas en el mundo, pudiendo llegar a 500 millones en los próximos veinte años.

Desde la Fundación para la Diabetes se reivindica que todas las personas que padecen esta enfermedad o en riesgo de contraerla en el mundo merecen la mejor calidad en educación, prevención y tratamiento que sea



Si los pacientes de diabetes deben seguir las instrucciones del médico, cumplir con la medicación, hacer ejercicio y cuidar su dieta. Archivo

posible. Con motivo de la celebración del Día Mundial de la Diabetes un grupo de trabajo "Jóvenes Unidos por la Diabetes" denuncia una serie de deficiencias del SNS que afectan a la calidad de la asistencia y las prestaciones sanitarias a jóvenes con diabetes tipo I.

Ellos apuestan por una asistencia especializada para este tipo de diabetes. «Hay un número insuficiente de especialistas. Se alarga el tiempo de espera entre consultas hasta 8 o 10 meses, en lugar de los tres que sería deseable. Además, añaden, hay una falta de coordinación entre los niveles asistenciales: endocrinología pediátrica, adultos, atención primaria».

Los Jóvenes Unidos por la Diabetes se han referido en su "manifiesto" al material para el autocontrol de la glucemia. Y es que consideran insuficiente el suministro de tiras para glucemia y también el de agujas y jeringuillas de insulina.

«Además -añaden- existen diferentes criterios entre CC.AA. e incluso dentro de una misma área de salud, para la dispensación del citado material. Asimismo se muestran contrarios a la obligación de recoger el material en días determinados a horas señaladas en los centros de salud».

La Fundación para la Diabetes cuenta con una página web: www.fundaciondiabetes.org

Tres veces al día debe inyectarse insulina para mantener bajo control su diabetes, tipo I. A pesar de ello, su vida es igual a la de cualquier otra adolescente

A RAYA CON EL AZÚCAR

LOREA GARCÍA, INSULINO-DEPENDIENTE, DICE NO SENTIRSE UN «BICHO RARO» AUNQUE «HAY QUE ADAPTARSE A LA DOLENCIA»

Nekane Lumbalán Bilbao

EN FEBRERO hará cinco años que a Lorea García le diagnosticaron diabetes. Tenía catorce años y empezó a adelgazar muchísimo. Su ama, preocupada, la llevó al médico. Al principio pensaron que el descenso de peso se debía a "cosas de la adolescencia", pero un análisis posterior delató que tenía el azúcar muy alto. El diagnóstico: diabetes tipo I; el tratamiento: inyecciones de insulina tres veces al día.

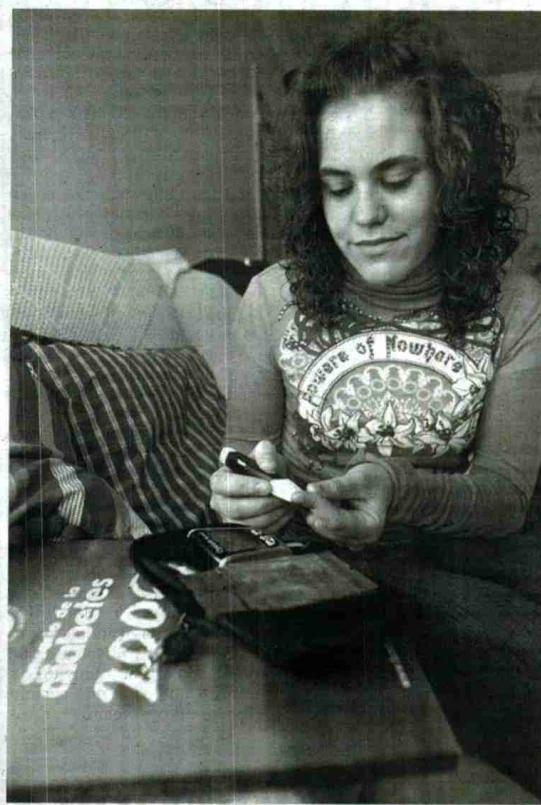
Su diabetes no se le desencadenó por cuestiones genéticas, aunque por parte de su alta tiene familiares con esta patología. En su caso viene motivada, según comenta Lorea, por cuestiones ambientales, que le afectan al sistema inmunológico y, por consiguiente, al páncreas.

A sus dieciocho años, esta bilbaina cursa primer curso de Medicina y reconoce haberse adaptado bien, sin excesivos problemas, a los nuevos hábitos que su enfermedad le obliga a llevar. «Al principio cuando estaba con mis amigos en algún restaurante era más reservada; no comentaba nada y me iba al servicio a ponerme una inyección de insulina. Pero, si tienes confianza con las personas con las que estás no hay que tener ningún problema».

Reconoce que si se halla en una cafetería o en un pub resulta pelín aventurado sacar su jeringuilla e inyectarte la insulina. «Es mejor ser discreta porque algún despistado puede pensar que te estás drogando, pero al margen de ciertos detalles a tener en cuenta en mi vida cotidiana no me he sentido discriminada por ser diabética».

Su dependencia de la insulina no le impide llevar una vida normal: estudiar, hacer deporte, salir con las amigas e involucrarse en las organizaciones que trabajan por dar a conocer esta enfermedad, así como en la Asociación vizcaína de enfermos y también en la Federación a nivel del Estado. «Estas entidades te ayudan a estar informada sobre los nuevos adelantos farmacológicos y también a conocer las realidades de otras personas, jóvenes y mayores, que tienen el mismo problema que tú. Muchos jóvenes que se sentían muy angustiados y llevaban muy mal su enfermedad, han conseguido reconciliarse con la diabetes y afrontar su vida diaria de una forma mucho más optimista».

En alguna ocasión, a Lorea también le ha dado el "ramalazo" y se ha sentido como un "bicho raro". Entonces es cuando ha recurrido a los campamentos de jóvenes que, cada año desde la



Lorea García, diabética desde los catorce años. Zigor Alkorta

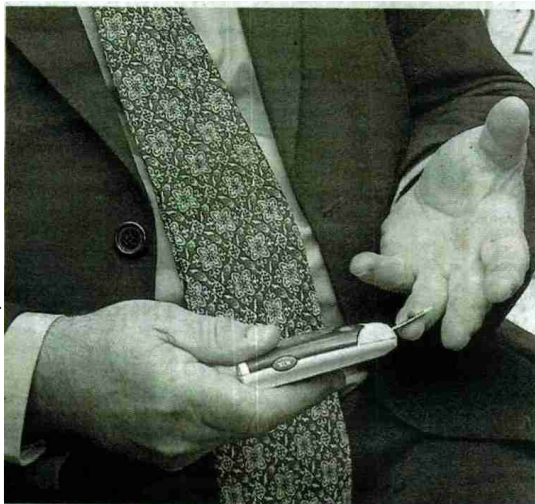
Fundación para la Diabetes, organizan en distintas zonas del Estado.

En su opinión, suelen dar muy buenos resultados porque du-

que se esté formando para ejercer de médico. Y sabiendo cómo avanzan las investigaciones sobre fármacos para luchar contra la diabetes, confía en que pronto

surjan nuevos tratamientos que alivien los actuales, sobre todo la necesidad de recurrir a las inyecciones.

Las investigaciones con células madre marchan a un ritmo trepidante, por ello Lorea se muestra optimista y está convencida de que sus tres inyecciones diarias no lo serán de por vida. «Soy muy joven y tal y como van los descubrimientos genéticos y los descubrimientos de las farmacéuticas creo que la diabetes se superará». Será una de las enfermedades que tendrá curación en los próximos años», sentencia.



La medición de los niveles de glucemia es esencial para los diabéticos. Archivo

Nuevas evidencias

Contra la progresión de la diabetes tipo 2

Según los resultados de un estudio recientemente publicado, rosiglitazona redujo el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 en un 62% frente a placebo, en personas con alto riesgo de desarrollar esta enfermedad. Esta reducción del 62% es altamente significativa y adicional al asesoramiento estándar sobre alimentación sana y ejercicio. Los resultados de este importante estudio se han publicado en "The Lancet" y presentado en la 42ª Reunión Anual de la Asociación Europea para el estudio de Diabetes (EASD). El ensayo, conocido como el estudio Dream (Diabetes Reduction Assessment con ramipril y rosiglitazona Medication) evaluó a 5.269 pacientes en situación de "pre-diabetes" durante un periodo medio de más de tres años.

(poco ejercicio, abuso de grasas, etc...) suelen tener obesidad abdominal. Si estos hábitos no se corrigen puede terminar con diabetes tipo II o pueden sufrir un infarto o un infarto de miocardio. De ahí, según subrayó, la importancia de realizar ejercicio, llevar una dieta mediterránea y evitar la grasa abdominal. «Las personas sin este tipo de grasa tiene bastante menos riesgo de padecer el día de mañana diabetes, ictus o infarto».



Acceso a nuevas tecnologías

Desde la Fundación para la Diabetes se denuncia una serie de deficiencias para las personas que padecen esta patología en alza. Entre ellas, según apuntan los pacientes, los diferentes criterios entre las Comunidades Autónomas del Estado para la indicación y financiación de la bomba de infusión continua de insulina.

Síndrome cardiometabólico

El doctor Vicente Barrios, del hospital Ramón y Cajal de Madrid, se refiere a un tipo de personas que pueden llegar a padecer la diabetes tipo dos, y son aquellas con "síndrome metabólico", es decir, «que debido a un estilo de vida inadecuado