

## CONSEJOS MÉDICOS

# Colesterol y diabetes, dos graves problemas de salud que se extienden

**Elevados niveles de colesterol representan un grave problema de salud en personas con diabetes, según datos de la Sociedad Española de Diabetes.**

OSCAR MARTÍN

- Sabías que el 75% de los diabéticos padece problemas cardiovasculares, siendo ésta la principal causa de mortalidad prematura en estos pacientes.
- Sabías que la diabetes está entre la cuarta causa de muerte prematura en mujeres y la octava en hombres.
- Sabías que el control estricto de los factores de riesgo cardiovasculares en los diabéticos tipos 2 pueden disminuir más del 50% la aparición de complicaciones cardiovasculares, y reducen el riesgo de mortalidad.
- Sabías que el control del colesterol, fundamentalmente del colesterol LDL, se relaciona con importantes beneficios cardiovasculares.

Conscientes de estas cifras y en línea con las campañas de concienciación que vienen desarrollando cada año para ayudar a la sociedad a comprender y al profesional a manejar esta enfermedad, la Sociedad Española de Diabetes (SED), ha puesto en marcha el proyecto formativo "Yo menos de 100: Menos Colesterol LDL es Más Vida".

Teniendo en cuenta que el colesterol es uno de los factores de riesgo cardiovascular que más puede influir entre la población diabética, con esta campaña, la SED tiene el claro objetivo de prevenir enfermedades cardiovasculares en los diabéticos, con el fin último de contribuir a que haya un mejor manejo y control de esta enfermedad.

"No hay que olvidar que más del 75% de los diabéticos mueren por complicaciones cardiovasculares, por lo que resulta de vital importancia que tanto profesionales sanitarios como población en general, en especial los diabéticos, sean capaces de concienciarse de la necesidad de tener controlado el colesterol, y ese es uno de los principales objetivos que en la SED nos hemos marcado con esta campaña", indica el doctor **Ramón Gomis**, presidente de la SED y jefe del Servicio de Endocrinología del Hospital Clínic de Barcelona.

Para conseguir este objetivo, "Yo menos de 100: Menos Colesterol LDL es Más Vida" quiere trasladar el mensaje, a todos los niveles, de la necesidad de que la persona diabética mantenga sus niveles de colesterol LDL (más conocido como "colesterol malo") por debajo de 100 mg/dl. Y así van a trasladarlo a los diferentes agentes implicados en el control de la diabetes, durante todo un año.

En palabras del doctor **Juan Ascaso**, coordinador del Grupo de Trabajo de Diabetes Mellitus y Enfermedades Cardiovasculares de la SED, y jefe de sección de Endocrinología del Hospital Clínico Universitario de Valencia: "Queremos conseguir prevenir la enfermedad cardiovascular de los pacientes diabéticos, a través de la reducción de sus niveles de colesterol LDL por debajo de 100, ya que cuanto menor sea la cifra de colesterol LDL en estos sujetos, más protegido estará su corazón y sus arterias".

"El riesgo cardiovascular es el gran desconocido para los diabéticos; nuestros pacientes se preocupan de su nivel de glucosa pero rara vez de cómo tienen el colesterol. Y este desconocimiento y descontrol de las personas con diabetes es de por sí un riesgo enorme, incluso llegando a poner en peligro su propia vida. En este sentido lo recomendable sería mantener hábitos de vida saludables, una dieta sana y, en el caso de que esto no fuese suficiente, la opción sería el uso de estatinas." agrega el doctor **Ascaso**.

Además de los hábitos saludables, existen en la actualidad tratamientos indicados para los pacientes diabéticos que hayan tenido anteriormente problemas cardiovasculares o que tienen un elevado riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares. Los pacientes con diabetes tipo 2 que han tenido un infarto de miocardio o un ictus tienen un riesgo mucho más alto de tener otro accidente coronario, cerebrovascular u otro tipo de enfermedades vasculares que aquellos que no tienen diabetes. Conocer y controlar los niveles de colesterol LDL es, hoy día, una de las medidas más eficaces de reducir dicho riesgo.

### **Una llamada de atención a todos los niveles**

Entre las acciones que la SED tiene programado llevar a cabo en el marco de esta campaña, que cuenta con la colaboración de la compañía biomédica Pfizer, destacan las acciones dirigidas a los pacientes, profesionales sanitarios y educadores.

Actividades dirigidas a los pacientes: se ha desarrollado el portal [www.colesterolmenos100.com](http://www.colesterolmenos100.com) para orientar a los diabéticos y al resto de la población de la necesidad de controlar el colesterol para manejar de la manera más adecuada la diabetes y evitar eventos cardiovasculares y muertes prematuras. Y se van a distribuir folletos informativos y carteles alusivos al riesgo cardiovascular en más de 4.000 centros de salud y hospitales de toda España, con consejos educativos.

**Actividades dirigidas a médicos:** Además de la información que se les hará llegar a los profesionales sanitarios, por diferentes canales; dentro de este capítulo se tiene previsto un amplio programa de formación dirigido a los médicos de Atención Primaria, con el objetivo de fomentar un correcto manejo del paciente diabético en las consultas de primaria. En total, se desarrollarán 170 reuniones de formación durante los próximos meses, que tratarán de llegar a 5.000 profesionales.

**Actividades dirigidas a educadores:** también los educadores juegan un rol fundamental en la lucha contra la diabetes. Por ello a este colectivo se dirigirán folletos educativos específicos.

**Actividades dirigidas a farmacias:** como parte de esta Campaña también se implicará a los farmacéuticos en esta labor de concienciación. Así se distribuirán por las boticas españolas expositores descriptivos, carteles y folletos informativos.

Con el objetivo de valorar esta campaña en la que la SED está poniendo tanto

empeño, una vez que ésta finalice, la sociedad pretende comparar el conocimiento que había sobre el riesgo cardiovascular en pacientes diabéticos antes de su puesta en marcha y una vez concluida.

En esta campaña, también ha querido colaborar la compañía biomédica Pfizer, ya que comparte con la SED objetivos comunes en la lucha por la prevención de las enfermedades cardiovasculares y la salud de la población. Para el director de Comunicación y Relaciones Profesionales de Pfizer, **Francisco J. García Pascual**, "la colaboración de nuestra compañía en la campaña 'Yo menos de 100' es gratificante porque significa: ayudar a controlar una enfermedad crónica y llegar a pacientes y profesionales sanitarios para evitar que se produzcan enfermedades cardiovasculares que, hoy por hoy, constituyen la primera causa de muerte en el mundo occidental, más aún entre la población diabética".

### **La SED y Pfizer**

La Sociedad Española de Diabetes agrupa actualmente alrededor de 1000 profesionales de la Medicina (endocrinos, endocrino-pediatras, médicos de familia, médicos de atención primaria, biólogos y otros investigadores). Los fines de la SED son: agrupar a todos los profesionales interesados en los aspectos científicos, clínicos, educativos y médico-sociales que la diabetes plantea; y, por otro lado, asesorar a cuantas instituciones lo requieran sobre los aspectos relativos a la diabetes, a nivel nacional e internacional.

Pfizer es la compañía líder en investigación biomédica, cuya misión es descubrir y desarrollar medicinas innovadoras para ponerlas a disposición de una sociedad, con la que colabora en numerosos programas nacionales e internacionales, con el objetivo de mejorar sus condiciones de vida, a la vez que trabaja siempre "Por un mundo más sano".