

## **En Zamora tres mil jóvenes son diabéticos y sólo uno de cada cuatro tiene la enfermedad bajo control**

**Cansancio excesivo, desproporcionada sensación de hambre, sed extrema y frecuentes ganas de orinar, así como pérdida de peso inexplicable son algunos de los síntomas que pueden indicar que se padece diabetes. En las primeras etapas, los síntomas son muy débiles, de forma que el gran riesgo de esta enfermedad es que pase mucho tiempo antes de que sea diagnosticada y que pueda producir daños -cardiovasculares, en la vista o en los riñones, los más frecuentes-. De ahí la importancia del diagnóstico precoz y que desde las asociaciones de afectados se recomiende hacerse la llamada evaluación, una prueba de sangre, y acudir al médico para el diagnóstico.**

La diabetes se desarrolla cuando el cuerpo no fabrica suficiente cantidad de una hormona llamada insulina, o si el cuerpo no usa la insulina de la forma correcta, lo que causa un exceso de azúcar en la sangre. Así, el tratamiento consiste en el suministro diario de insulina mediante inyecciones y en seguir unas pautas de alimentación y ejercicio que recomienda el especialista. En estas condiciones se encuentran en Zamora cerca de quince mil personas, según datos facilitados por el presidente de la Asociación de diabéticos de Zamora, Máximo Vega Álvarez. Son los diabéticos diagnosticados, aunque se calcula que solo la mitad de las personas que tienen diabetes han recibido el diagnóstico.

El 20 por ciento de estos pacientes son jóvenes, con diabetes tipo 1, que aparece, generalmente, en personas de menos de 30 años, lo que supone que en la provincia hay alrededor de tres mil afectados por esta variante de la enfermedad, que se debe a la incapacidad del cuerpo para producir insulina.

Este colectivo recibe una correcta atención sanitaria y la gran mayoría de ellos participan activamente en el cuidado de su enfermedad y sigue de forma adecuada las pautas de tratamiento, según un estudio sobre la calidad asistencial y prestaciones del sistema público de salud, hecho por Jóvenes Unidos por la Diabetes.

De los resultados del informe, que abarcó a 15 comunidades autónomas, se desprende que, si bien la gran mayoría de los jóvenes afectados se cuidan, sólo uno de cada cuatro tiene bien controlada la enfermedad; es decir, un 13 por ciento de los afectados de entre 16 y 24 años mantiene un indicador de hemoglobina glicada inferior al 7 por ciento (indicador para calcular el control, obtenido a través del análisis de sangre. Mantener la hemoglobina por debajo de ese nivel reduce el desarrollo de complicaciones asociadas a la diabetes).

El presidente de la asociación en Zamora considera que los datos son aplicables a la situación de los afectados de la provincia. Máximo Vega puntualiza que el mayor problema para el correcto control de la diabetes se plantea cuando a un joven se le diagnostica a edades a partir de los 12-14 años. Explica que si la enfermedad aparece cuando son niños, se crean unas pautas de tratamiento y forma de vida a

las que se pueden adaptar mejor a esas edades, ya que son pequeños y están supervisados por los padres; pero en la edad adolescente ya tienen unos hábitos adquiridos y les resulta más duro cambiarlas, además de que es una edad de por sí difícil».

Un problema similar se plantea cuando la diabetes surge hacia los 20 años, «sobre todo si tienen hábitos de salir de fiesta y de tomar comida rápida; quieren seguir haciendo las mismas cosas que hacen sus amigos y tienden a transgredir las pautas que se les marcan». La consecuencia más inmediata, indica el presidente de la asociación, es más pinchazos de insulina y más visitas al endocrino, pero alerta de que las más graves son las consecuencias a medio-largo plazo, ya que el descontrol da lugar a las temidas complicaciones renales, de visión, infartos y hasta amputaciones.

En cuanto a la atención sanitaria, el matiz que se detecta en Zamora coincide con los datos que arroja el estudio, presentado durante el reciente encuentro celebrado en Astorga: la falta de personal de enfermería experto en educación terapéutica en diabetes, algo que se considera parte del tratamiento con el fin de que cada paciente conozca su diabetes para que pueda vivir de forma normalizada.

En concreto, en el servicio de Endocrinología del Complejo Asistencial de Zamora no existe esta figura como tal, si bien al menos una de las enfermeras tiene formación específica en diabetes.

En la unidad de Endocrinología del Virgen de la Concha hay cinco especialistas y tres enfermeras, una dotación que se considera insuficiente «para atender a tantos pacientes; no les pueden dedicar mucho tiempo ni prestar una atención personalizada», se queja el presidente de la Asociación de Diabéticos de Zamora. Vega aclara que sí se dedica tiempo suficiente cuando es un paciente al que se le acaba de hacer el diagnóstico, con información y asesoramiento sobre cómo tratarse y qué pautas de vida debe seguir.

Otro sistema para suplir la escasez de personal es citar a un grupo de pacientes que ya tienen las pautas para hacer el seguimiento, actualizar información, etcétera.

En este criterio coincide Javier Ortega, médico de Atención Primaria, que colabora con la asociación. Destaca que serían necesarios más endocrinos, ya que los cinco especialistas se ocupan de la diabetes, pero también de pacientes con otras enfermedades, además de desplazarse a Benavente y hacer guardias.

Este facultativo del centro de Salud de Alcañices explica que la situación en el medio rural es más favorable para los pacientes, en cuanto que tienen tiempo para un trato más humano y personal y se les facilita información y asesoramiento detallado sobre cómo llevar el tratamiento, que tipo de alimentación deben seguir, etcétera. La otra cara de la moneda, admite Ortega, son los inconvenientes del medio rural: más dispersión de población, y, por tanto, más difícil acceso a los servicios sanitarios e incluso a productos para una alimentación adecuada; mayor envejecimiento y escaso acceso a información y divulgación.