

## El imparable avance de la diabetes

**460 millones de personas de todo el mundo padecerán diabetes en 2023 \_ Los expertos aseguran que la práctica de actividades deportivas constituye el mejor fármaco para prevenir su aparición**

POR ALBERTO RIVERO. LAS PALMAS

En el año 2023, la diabetes condicionará la vida de 460 millones de personas de todo el mundo, lo que supone que en apenas quince años se habrán duplicado las cifras actuales. Los expertos hablan de «pandemia», pero son optimistas: prevenir es curar.

El doctor Jorn Nerup, asesor científico del Steno Diabetes Center, un reputado centro de diabetes de nivel internacional, visita Gran Canaria estos días para impartir un curso en la Universidad de Las Palmas sobre cómo organizar una unidad de diabetes e intentar dar una respuesta a los interrogantes que rodean a una enfermedad que lastra de por vida a todos los que la padecen. Su mensaje no puede ser más contundente: «Con media hora diaria de ejercicio físico moderado se puede prevenir en un cincuenta por ciento el riesgo de aparición de la enfermedad en su tipo dos», señaló.

Porque hay dos tipos de diabetes. La diabetes de tipo uno se produce de forma autoinmune a consecuencia de una destrucción de las células betapancreáticas, que ya no generan la insulina necesaria para impedir un exceso de glucosa en la sangre. Esta variante, que afecta a entre un diez y un quince por ciento de la población, se manifiesta generalmente en jóvenes, aunque también puede aparecer en edad adulta. La diabetes de tipo dos surge como una resistencia a la acción de la insulina producida por el páncreas. Este último tipo afecta a un 13,2 por ciento de la población grancanaria adulta, con otro trece por ciento de los residentes de la isla en situación de prediabetes.

«Esta enfermedad se lleva una media del diez por ciento de los presupuestos sanitarios en los países europeos; un catorce por ciento en Estados Unidos, pero no es suficiente. Es crucial que tanto los hospitales como las instituciones inviertan en tratamientos eficientes dedicados a paliar esta enfermedad», señaló Nerup.

Según el reconocido científico, más de un ochenta por ciento de los recursos que se destinan a la diabetes tienen que ver con la hospitalización y el tratamiento de las complicaciones de la enfermedad, aunque también reconoció que las instituciones «se están dando cuenta ahora» de que lo importante no sólo es el tratamiento sino la anticipación a la aparición de la enfermedad.

### Avances

A pesar de que los expertos en la materia aseguran que se ha avanzado mucho, las esperanzas de los diabéticos se centran en fármacos que pueden evitar, en cierta medida, que su día a día se convierta en un suplicio.

Nerup señaló que se prevé la aparición de insulinas de uso «más fácil», así como de otro tipo de insulinas administradas mediante una bomba que actúa de forma continua y en combinación con un medidor de glucosa. Esto es en la diabetes de tipo uno. En la diabetes de tipo dos están irrumpiendo «una gran cantidad» de fármacos basados en el principio en la incretina, que es una sustancia liberada por el intestino cuando entra en contacto con la comida y que reduce la concentración de glucosa en sangre.

En cualquier caso, la investigación genética parece tener la llave del problema, con un papel preponderante de España en general y de Gran Canaria en particular. Nerup se lamenta: «Es una pena que hayamos tardado tanto» porque la diabetes «se puede tratar y prevenir». Si se invierte «eficientemente» en la atención a los pacientes, añadió Nerup, «la ceguera y las amputaciones que provoca en ocasiones la enfermedad se podrían evitar».

Cuando la diabetes aparece pedir permiso es demasiado tarde para desprenderse de ella. Lo que no se entiende, resaltan los expertos, es que con herramientas, como puede ser el deporte, no se prevenga.

ABC