

Insensibles a la falta de glucosa

Entre el 10% y el 15% de los diabéticos son incapaces de advertir las caídas bruscas de azúcar en sangre y sufren hipoglucemias que pueden ser graves

HUGO CERDÀ
Valencia

Si esta mañana usted ha salido corriendo de su casa sin haber desayunado, con apenas el recuerdo de una cena frugal despachada la noche anterior, tal vez la concentración de glucosa en su sangre esté bajando mientras lee este reportaje. Pero no se alarme. Su organismo ya habrá puesto en marcha una cadena de reacciones fisiológicas para remediar su negligencia y evitar que el cerebro se quede sin combustible. Algunos diabéticos que dependen de la inyección de insulina no disfrutan de esa protección. Son insensibles a los avisos del organismo ante el descenso pronunciado de azúcar en sangre y, por tanto, propensos a sufrir hipoglucemias graves que ponen en peligro su salud e, incluso, su vida. Son las conocidas como hipoglucemias inadvertidas.

Si volvemos al cuerpo en ayunas del lector veremos que, de momento, las células beta de su páncreas van a suspender la producción de insulina para evitar que metabolice rápidamente el azúcar que aún circula por sus vasos sanguíneos. Además, las células alfa de ese mismo órgano comenzarán a secretar glucagón, una hormona que extrae las reservas de glucosa almacenadas en el hígado en forma de glucógeno. Y, por último, su cerebro va a ordenar que se secreten las hormonas del estrés (adrenalina, noradrenalina, cortisol) y hor-

Lo único que puede hacer un diabético cuando desciende su azúcar es comer

Los síntomas de alarma se reducen si las hipoglucemias son frecuentes

mona del crecimiento) para darle señales de alarma, abrirle el apetito y obligarle a tomar, al fin, un almuerzo.

Si usted fuera diabético insulino-dependiente la historia quizá sería otra. Básicamente, su páncreas no podría dejar de producir insulina porque ya lo hizo hace años. Dependería de las inyecciones exógenas de esta hormona, y si usted se la pinchó hace unos minutos, ahora ya nada va a poder limitar su efecto.

Ése es el motivo por el que muchos diabéticos sufren hipoglucemias con una frecuencia alta. Lo único que pueden hacer es comer algo que les eleve rápidamente la concentración de glucosa en sangre, y lo hacen normalmente espoleados por una serie de síntomas (mayor apetito, sudoración, temblores, nerviosismo, mareo, debilidad) que se des-



Un diabético se inyecta insulina en el abdomen. / CONSUELO BALTISTA

El fenómeno de la habituación

Una investigación publicada el año pasado en la revista *Diabetes*, de la Asociación Americana de Diabetes, por investigadores del King's College de Londres, daba una explicación neurológica al fenómeno de habituación de los diabéticos a las frecuentes hipoglucemias.

Según este estudio, sería un fallo en la respuesta de la amígdala y el córtex orbitofrontal del cerebro ante el descenso de la glucosa lo que podría sugerir la existencia de un fenómeno de habituación de las funciones de regulación

de la conducta que dé lugar a la hipoglucemia inadvertida.

De hecho, algunos estudios han apoyado esta hipótesis al demostrar que si se consiguen evitar las hipoglucemias de forma escrupulosa durante tan sólo dos o tres semanas, se revierte la pérdida de sensibilidad a los síntomas de la hipoglucemia.

Pero Alfonso López Alba, de la Sociedad Española de Diabetes, recuerda que esta evidencia no debe llevar a los pacientes a relajar el estricto control glucémico para evitar las hipoglucemias porque las

cifras de azúcar elevadas de forma sostenida pueden conducir a "gravisimas complicaciones crónicas".

Una de esas complicaciones, la neuropatía diabética (daño en el sistema nervioso), puede estar detrás de algunos casos de hipoglucemias inadvertidas. "La presencia de una neuropatía del sistema nervioso autónomo en las personas con diabetes puede disminuir las respuestas orgánicas ante el estrés en general y la hipoglucemia en particular, incrementando sus riesgos y severidad", explica López Alba.

encadenan cuando la glucosa desciende por debajo de 55 miligramos por decilitro de sangre. "Cifras menores de 55 no pueden mantener la función cerebral adecuadamente", señala Alfonso López Alba, del Servicio de Endocrinología del Hospital Universitario de Canarias.

Algunos diabéticos, sin embargo, son insensibles a estos síntomas. La glucosa en sangre desciende sin que ninguna señal de aviso perceptible se encienda en su cuerpo. Al no ser conscientes de la necesidad de atajar la incipiente hipoglucemia, están expuestos a sufrir caídas en picado de su concentración de azúcar y, con ello, progresivamente, cambios en el comportamiento, agresividad, pérdida de consciencia, daños irreparables en su cerebro e, incluso, la muerte.

Las posibilidades de que eso ocurra no son pocas, aunque existen estrategias para evitarlo. La hipoglucemia es un fenómeno muy frecuente en la vida

de los diabéticos, especialmente en la de aquellos que optan por seguir un régimen muy estricto con múltiples inyecciones de insulina para mantener la concentración de glucosa lo más cercana posible a la de una persona sana y así evitar las complicaciones crónicas de la diabetes.

El 2% de las muertes en diabéticos tipo 1 es atribuible a una hipoglucemia

Algunos estudios han señalado que los diabéticos insulino-dependientes se encuentran por debajo de los 55 miligramos de glucosa por decilitro de sangre hasta el 10% del tiempo. Sufren una media de dos episodios de hipoglucemia sintomática a la semana y uno de hipoglucemia grave al año. De hecho,

el 2% de muertes en diabéticos tipo 1 es atribuible a la hipoglucemia.

Esta frecuencia de descensos de la concentración de azúcar es precisamente el principal factor que juega en contra de los diabéticos insensibles a los síntomas de la hipoglucemia. "Cuando una persona está habituada a tener hipoglucemias porque las tiene de manera muy frecuente, el organismo se acostumbra a estar en esta situación y, entonces, disminuyen los síntomas de alarma", explica Alfonso López Alba, coordinador del grupo de trabajo sobre costes y complicaciones en la Sociedad Española de Diabetes.

La solución para el paciente diabético con hipoglucemia inadvertida pasa por realizar con más frecuencia autocontroles de glucosa en sangre capilar para suplir así la falta de sensibilidad a los síntomas típicos del descenso de las concentraciones de glucosa en sangre.