

Unos 130.000 asturianos están en situación de 'prediabetes'

- Puede frenarse en el 60% de los casos con vida sana
- En Asturias hay 70.000 diabéticos entre los mayores de 30 años y más de la mitad están sin diagnosticar

Unos 130.000 asturianos, el 13 por ciento de la población del Principado, están en situación de 'prediabetes', evolución del nivel de glucosa que se convierte en diabetes, pero puede frenarse en el 60 por ciento de los casos con hábitos saludables como hacer ejercicio, mantener una dieta equilibrada, bajar peso, controlar los niveles de azúcar y la tensión arterial.

Así lo explicó hoy el adjunto del servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA), Elías Delgado, quien ofreció una conferencia sobre epidemiología, costes y mortalidad de la diabetes en el marco del curso que desarrolla el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Asturias.

Según explicó, la 'prediabetes' está "sin diagnosticar" en la mayoría de los casos. Los valores inferiores a 100 de glucosa son normales, por encima de 126 la persona es diabética, y en ese intervalo se encuentra en situación prediabética. "Deberemos hacer una curva de glucosa para tipificarlos correctamente", remarcó.

Y es que en Asturias el 11 por ciento de la población es diabética, y entre los mayores de 30 años la cifra se sitúa en 70.000 personas. Así, entre el estadio previo y la enfermedad desarrollada, cerca de una cuarta parte de los asturianos "tiene algún grado de alteración del metabolismo de los hidratos de carbono", apuntó.

Al respecto, indicó que Asturias es una de las comunidades con "más prevalencia de sobrepeso y obesidad de España", especialmente entre los varones.

Para reducir la prevalencia de la diabetes, que se ha incrementado exponencialmente en los últimos años en el mundo desarrollado --hasta los 177 millones de pacientes y con una previsión de alcanzar los 300 millones en 2030-- , "son fundamentales la prevención, la detección precoz y el seguimiento del tratamiento", remarcó Elías Delgado. Esta enfermedad está vinculada a una vida sedentaria y una ingestión excesiva de grasas que conllevan también sobrepeso y riesgo de hipertensión y problemas cardiovasculares, por lo que el ejercicio y la dieta equilibrada "son básicos".

El endocrino argumentó que para prevenir, detectar y tratar esta enfermedad, que en la mayoría de los casos es de tipo 2 --asociada a los hábitos de vida-- es necesaria la implicación "al 50 por ciento" del paciente y del personal sanitario, tanto médico, como de enfermería y farmacia, sobre lo que se mostró "esperanzado".

Además, argumentó que el coste de un paciente diabético para el sistema sanitario "duplica" el de un paciente con otra enfermedad "principalmente en gastos de

hospitalización". Por ello, recuerda que "sale rentable" destinar recursos a prevención y seguimiento del tratamiento farmacológico.

CURSO

La conferencia que ofreció hoy Elías Delgado se enmarca en el curso que organiza el Colegio Oficial de Farmacéuticos desde la pasada semana y hasta el 30 de abril. Este es el segundo curso sobre la incidencia y tratamiento de la diabetes que organiza el colectivo profesional desde hace diez años, aunque durante este tiempo han desarrollado diversas actividades formativas.

Más de un centenar de profesionales asturianos asiste a estas sesiones divulgativas y formativas que se desarrollan los jueves en la sede del Colegio y que cuentan con el apoyo de la Comisión Nacional de Formación Continuada y de la Consejería de salud y Servicios Sanitarios, según indicó una de las organizadoras del curso y directora del Centro de Información del medicamento, Emma Zardain.

Así, médicos especialistas y de Atención Primaria como profesionales de Enfermería y Farmacia indicará durante los próximos meses a los asistentes las novedades sobre esta enfermedad cada vez más prevalente.

EUROPA PRESS