



# “Un diabético bien controlado muere de viejo”

El jefe del Servicio de Endocrinología del HUC alerta de que no habrá terapias eficaces con células madre para el uso en pacientes a corto plazo y que lo importante en esta enfermedad es prevenirla y controlarla adecuadamente

LA OPINIÓN | Santa Cruz de Tenerife

No se prevé que a corto plazo existan terapias con células madre aplicables a pacientes, por lo que los esfuerzos deben dirigirse a su prevención y buen control. De esta manera Luis Morcillo, jefe de Servicio de Endocrinología del HUC invita a la población a luchar contra una enfermedad que mata cada año a más de un millón de personas en el mundo, la diabetes. Pero pese a las estadísticas, la medicina ha demostrado en los últimos años que “un diabético bien controlado muere de viejo”, destaca Morcillo.

La diabetes es una enfermedad crónica debida a que el páncreas no produce insulina suficiente o a que el organismo no la puede utilizar eficazmente. La insulina es una hormona que regula el azúcar en la sangre (glucemia). La hiperglucemia (aumento de la glucemia) es un efecto frecuente de la diabetes no controlada, y con el tiempo produce importantes lesiones en muchos sistemas orgánicos, y en particular en los nervios y los vasos sanguíneos del riñón y la retina.

Existen dos tipos de diabetes el tipo 1 y el tipo 2. La tipo 1 se suele diagnosticar antes de los treinta años y se caracteriza por un fracaso brusco de las células beta del páncreas por lo que se produce una ausencia de la producción de insulina. Ésta se manifiesta a través de una producción excesiva de orina (poliuria), sed (polidipsia), hambre constante, pérdida de peso, alteraciones visuales y fatiga. En el caso de la diabetes tipo 2, que representa entre el 90 y el 92 por ciento de los casos el origen está en una ineficacia de la insulina y los síntomas son similares a la de tipo 1 pero menos acentuados, por lo que una persona puede padecerla durante años sin que sea diagnosticada.

Mientras que la de tipo 1 es difícilmente evitable, la de tipo 2 se puede prevenir, ya que se ha detectado que una gran parte de los casos se deben a la inactividad física y al peso corporal excesivo. “Hasta hace poco este tipo de diabetes sólo se observaba en los adultos, pero ahora también empieza a verse en niños obesos”, alerta la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Además de estas existe una



Varios hombres de la tercera edad descansan en un banco público.

tercera que es la gestacional, que consiste en la hiperglucemia que se identifica por vez primera durante el embarazo. Sus síntomas son similares a los de la diabetes de tipo 2, pero suele diagnosticarse por las pruebas realizadas durante los exámenes prenatales, más que por la manifestación de síntomas. Las alteraciones de la tolerancia a la glucosa y de la glucemia en ayunas alterada son trastornos de transición entre la normalidad y la diabetes.

**Datos.** La OMS calcula que en el mundo hay más de 180 millones de personas con diabetes, y es probable que esta cifra aumente a más del doble en 2030. Se calcula que en 2005 hubo 1,1 millones de muertes debidas a la diabetes 1. Aproximadamente un 80% de las muertes por diabetes

se registran en países de ingresos bajos o medios. Casi la mitad de las muertes por diabetes ocurren en pacientes de menos de 70 años, y el 55% en mujeres. La OMS calcula que las muertes por diabetes aumentarán en más de un 50% en los próximos 10 años si no se toman medidas urgentes. Es más, se prevé que entre 2006 y 2015 las muertes por diabetes aumenten en más de un 80% en los países de ingresos medios altos. En el caso de Canarias, Luis Morcillo matizó que aunque existen estudios que registran tasas de hasta el 19 por ciento de personas diabéticas, se calcula que éste índice se sitúa entre 12 y el 15 por ciento, superando varios puntos la media nacional (situada en el 12 por ciento).

Cuando se diagnostica una diabetes el objetivo del tratamiento y la dieta que prescribe el

especialista es la de evitar complicaciones. En el caso de Canarias es significativo el alto índice de personas diabéticas que las sufren, especialmente cuando se habla de insuficiencia renal ya que un canario tiene cinco veces más posibilidades de sufrirla que el resto de los españoles. Además se calcula que entre un 10 y un 20 por ciento de los pacientes con diabetes fallecen de insuficiencia renal en el mundo.

Además destacan la retinopatía diabética debida al daño de los pequeños vasos de la retina acumulado a lo largo del tiempo, es una importante causa de ceguera. Se calcula que a los 15 años con diabetes, aproximadamente un 2 por ciento de los pacientes están ciegos, y cerca del 10 por ciento sufren un grave deterioro de la visión. En el caso de la neuropatía diabética se debe al

daño de los nervios a consecuencia de la diabetes, y puede llegar a afectar a un 50% de los diabéticos. La neuropatía diabética puede causar muchos problemas diferentes, pero los síntomas más frecuentes son hormigueo, dolor, entumecimiento o debilidad en los pies y manos. Combinada con la disminución del flujo sanguíneo, la neuropatía incrementa el riesgo de úlceras en los pies y, finalmente de amputación del miembro inferior.

La diabetes aumenta el riesgo de cardiopatía y accidente vascular cerebral. El 50% de los pacientes con diabetes fallecen de enfermedades cardiovasculares (principalmente cardiopatías coronarias y accidentes vasculares cerebrales). En general, el riesgo de muerte de los diabéticos es al menos el doble que el de los no diabéticos.

La mejor manera de evitar la diabetes es alcanzar y mantener un peso corporal normal y mantener la actividad física: al menos 30 minutos de actividad física regular de intensidad moderada la mayoría de los días. Para reducir el peso es necesaria una mayor actividad. El diagnóstico temprano se puede lograr mediante análisis de sangre relativamente baratos. El tratamiento de la diabetes consiste en reducir la glucemia y otros factores de riesgo conocidos que dañan los vasos sanguíneos. Para evitar las complicaciones también es importante dejar de fumar.

En los casos en los que la diabetes ha producido un fallo renal, los pacientes tienen dos opciones la hemodiálisis o un trasplante. En el caso de este último, esta técnica no está indicada en todos los casos. Para los que sí, en el caso del trasplante renal pancreático los resultados en el caso de éxito son buenos, proporcionando una alta calidad de vida al paciente. Sobre este tipo de intervención el endocrino alertó de que es escasa la disponibilidad de donantes de páncreas, por lo que son pocas las intervenciones que se realizan en Canarias, ya que en siete años, solo se han podido realizar 55 intervenciones, menos de diez al año, debido a las exigencias en el perfil del donante y del receptor; así como por la falta de órganos. Por este, otros muchos motivos, Luis Morcillo insiste en la importancia de la prevención y del buen control de los ya diabéticos.