

Un libro explica en qué consiste la diabetes y ofrece consejos para su control

La consejera de Salud y Consumo ha asistido a la presentación de la publicación "Con o sin diabetes: conóceme y disfruta"

El objetivo del libro es contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por esta enfermedad

La importancia de una correcta alimentación o de la práctica de ejercicio físico habitual en los diabéticos son dos de las recomendaciones del libro "Con o sin diabetes: conóceme y disfruta", del que es autor el doctor Felipe Esteban Juanas.

La consejera de Salud y Consumo, Luisa María Noeno, que ha presidido la presentación de este manual declarado de interés sanitario por el Gobierno de Aragón, ha recordado que el Gobierno de Aragón trabaja conjuntamente con el Ministerio de Sanidad y Política Social en una estrategia de ámbito nacional sobre la diabetes y en la puesta en común de experiencias con otras comunidades autónomas, con el objetivo principal de "lograr un diagnóstico precoz y reducir las posibles complicaciones derivadas de esta enfermedad".

En el acto de presentación, que ha tenido lugar en la sede del Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza también han participado el presidente de la Federación de Diabéticos Españoles, Ángel Cabrera; el jefe de Sección de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario Miguel Servet, Javier Acha; y Sara Dobarro, en representación de la Asociación de Educación para la Salud.

En su intervención, Noeno ha explicado que en Aragón ya se venía contando con experiencias muy interesantes en este ámbito y que una de las medidas más destacadas puestas en marcha ha sido facilitar el acceso de los médicos de Atención Primaria a la retinografía digitalizada, con la instalación de estos medios diagnósticos en centros de salud que se convierten en referencia para la práctica de estas pruebas. Por otra parte, la consejera ha recordado que desde hace varios años nuestra comunidad autónoma incluye en su cartera de servicios la bomba de percusión de insulina, "con lo que se consigue que las personas diabéticas tengan una mayor autonomía y calidad de vida".

En la publicación del libro "Con o sin diabetes: conóceme y disfruta" han colaborado una veintena de expertos como Comité Asesor de esta recopilación de todos los aspectos de interés para las personas con diabetes o con riesgo de desarrollarla. El manual dedica un capítulo importante a la alimentación, estableciendo la diferencia entre los alimentos, las formas de cocinado, las cargas glucémicas de las comidas, los alcoholes, las grasas y la seguridad alimentaria, a la hora de leer y comprender los etiquetados de los compuestos alimenticios que están en el mercado.

Igualmente, el libro aborda la diabetes fundamentalmente en personas mayores de 45 años, su tratamiento, los factores de riesgo que conlleva, la sexualidad en las personas con diabetes, la importancia de realizar ejercicio físico habitual, la prevención de las posibles complicaciones asociadas a la enfermedad, los consejos para los diabéticos a la hora de realizar viajes internacionales, así como recomendaciones sobre los cuidados e higiene diarios.