

**ENDOCRINOLOGÍA** SEGÚN DATOS DEL OSD

Alimentación y peso, dos cuestiones de difícil control para los diabéticos

■ Ángeles Blanco

El Observatorio Social de la Diabetes (OSD) -creado el pasado mes de junio- ha presentado los datos de su primera encuesta *on-line*.

La investigación, que ha contado con la participación de alrededor de 8.000 personas, ha revelado que según la percepción del paciente el aspecto más difícil en el tratamiento de su patología es el control diario de la dieta y del peso. Otros asuntos como la administración de fármacos, los controles de glucemia y la realización de ejercicio físico les resultan más llevaderos.

Asimismo, según ha explicado a DM Jesús Gaitán Enríquez, secretario de la Asociación de Enfermeras Expertas en Diabetes y Educación en Crónicos y representante de la Asociación Catalana de Diabetes, "el 65 por ciento de los pacientes con diabetes tipo I consideran falso que gocen menos de la vida, mientras que los de tipo II sí creen que su enfermedad les limita su día a día". En este sentido, tres cuartas partes de los encuestados solicitan avances en los tratamientos para mejorar tanto su eficacia como su comodidad de uso y un incremento de los programas de información y educación sobre la patología.

Gaitán ha señalado que el 8 por ciento de la población española tiene diabetes, lo que supone que casi 4 millones de personas padecen la enfermedad. Además, añade, "es una patología que a largo plazo da lugar a complicaciones. Una diabetes mal controlada es igual a retinopatía proliferativa, cardiopatía

Una alimentación apropiada y un nivel óptimo de actividad física son dos elementos clave para el adecuado control de la diabetes

isquémica, nefropatías, etc. Ya no es el número, sino la probabilidad de sufrir una ceguera, un infarto o una pérdida de sus riñones o sus extremidades". En esta línea, otros datos del estudio hacen referencia a la falta de conocimiento de algunas cuestiones esenciales como la gravedad de la obesidad y el sobrepeso, a pesar de ser un factor clave para el desarrollo de enfermedades como la morbimortalidad cardiovascular. "Es importante realizar campañas de prevención sobre la adecuada alimentación y el buen nivel de actividad física, que ayuden a controlar la patología y eviten la obesidad y el desarrollo de posibles complicaciones".

El OSD está compuesto por cuatro entidades: la Federación Española de Asociaciones de Educadores en Diabetes, la Federación de Diabéticos Españoles, la Asociación de Enfermeras Expertas en Diabetes y Educación de Crónicos y la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria. "Es la primera plataforma virtual de intercambio de información sobre la diabetes en España. Su objetivo general es concienciar a toda la población, pero también pretende convertirse en un punto de encuentro para todos los profesionales sanitarios", concluye Gaitán.