

La diabetes sigue creciendo pese a las campañas de prevención



ÁNGEL ESCALERA
aescalera@diariosur.es

Un estudio nacional dirigido desde Carlos Haya revela que el 12% de la población padece este trastorno metabólico

MÁLAGA. La diabetes tipo 2 o del adulto es un padecimiento crónico en alza. Las campañas de prevención y de educación sanitaria no logran frenar el avance de este trastorno metabólico, que se ha convertido en uno de los problemas de salud más graves. Sus proporciones son ya de epidemia en gran parte del mundo (246 millones de afectados). Un estudio dirigido desde el Hospital Carlos Haya, en el que han participado casi una treintena de investigadores y llevado a cabo en un centenar de centros de salud españoles, demuestra que el 12% de la población es diabética. Hasta ahora, se creía que el porcentaje de diabéticos tipo 2 era del 8%. Llama la atención que el 4% de las personas que tienen este padecimiento lo ignoran, lo que impide que reciban tratamiento y que cambien sus pautas de comportamiento para contrarrestar la enfermedad.

La diabetes tipo 2 se controla con ejercicio físico, una alimentación adecuada y adoptando estilos de vida saludables. Si no se siguen esas recomendaciones, hay que recurrir a la medicación y, si el problema se agrava, es necesario inyectarse insulina.

Durante tres años

El estudio sobre la prevalencia de la diabetes en España fue presentado ayer en el Instituto Carlos III de Madrid. El coordinador del trabajo es el jefe del servicio de endocrinología y nutrición de Carlos Haya, Federico Soriguier. La investigación la han realizado el Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas (Ciberdem) y el Instituto Carlos III (que lo ha financiado junto al Ministerio de Sanidad), con la colaboración de la Sociedad Española de Diabetes y la Federación Española de Diabetes. El estudio se ha desarrollado durante tres años y, además de datos sustanciosos sobre este trastorno metabólico, ahonda en cuestiones relacionadas con la obesidad, la hipertensión arterial y otros factores de riesgo cardiovascular.

El doctor Soriguier, en declaraciones efectuadas a este periódico,

dijo que la información que aporta el estudio, por el rigor en su elaboración, no puede ser cuestionada, y precisó que la diabetes ha crecido un 4% respecto a los datos que se manejaban. El jefe de endocrinología de Carlos Haya significó que muchos pacientes diabéticos no cumplen con las recomendaciones sanitarias y no hacen ejercicio físico, siguen fumando y no pierden peso. «Los programas de educación terapéutica y de prevención no están dando los resultados esperados. Algo ocurre cuando no disminuyen los factores de riesgo», subrayó Federico Soriguier.

LAS CIFRAS

100

centros de salud españoles han participado en el estudio para determinar la prevalencia de la diabetes en España.

5.419

personas mayores de 18 años han sido estudiadas en esta investigación.

3.9%

es el porcentaje de diabéticos que no sabe que lo son.



Federico Soriguier. :: SUR

Este experto explicó que el estudio seguirá adelante, además de explotar la ingente información que ha sacado a la luz. «La importancia de esta investigación es que servirá para diseñar estrategias encaminadas a la prevención de la salud», puntualizó.

El proyecto se ha llevado a cabo en toda España, con la colaboración de casi treinta investigadores. Para lograr los datos se estudió a 5.419 personas mayores de 65 años en un centenar de centros de salud. El trabajo de campo lo desarrollaron durante tres años diversos equipos formados por una enfermera y una dietista, que hicieron a los participantes una detallada encuesta sobre hábitos de salud, una historia clínica, una evaluación antropométrica y una extracción sanguínea, incluida una sobrecarga oral de glucosa.

Obesidad e hipertensión

El trabajo confirma que tres de cada diez españoles son obesos (28,2%) y que cuatro de cada diez tienen alta la tensión arterial (41,2%). Las personas con un exceso de peso e hipertensas se enfrentan al doble de riesgo de ser diabéticas. La falta de ejercicio físico está detrás del aumento de estas patologías. Y es que la mitad de la población es sedentaria, es decir, no practica deporte nunca, lo que acentúa su propensión a coger kilos y, por tanto, a tener diabetes y a ser hipertensa.

El nivel cultural también guarda mucha relación con estas enfermedades. Así, la investigación coordinada por el doctor Soriguier señala que los individuos sin estudios cuadruplican el riesgo de ser obesos frente a los que han cursado estudios universitarios. En el caso de la diabetes y la hipertensión, esa falta de preparación duplica las posibilidades de enfermar. «La cultura siempre es buena, porque a mayor nivel cultural, más conocimientos sanitarios se adquieren», indicó el jefe del servicio de endocrinología de Carlos Haya.

La diabetes es una enfermedad silenciosa, porque no suele presentar síntomas. Sus efectos provocan daños en la visión, en los riñones y en los nervios periféricos. Por eso, es una de las principales causas de ceguera, amputaciones de miembros y de afectación renal, sin olvidar que este trastorno trae consigo un riesgo importante de enfermedades cardiovasculares. Todo ello hace que el gasto provocado por el tratamiento y la prevención de la diabetes suponga un desembolso anual muy alto para los servicios sanitarios.

PRINCIPALES DATOS DEL ESTUDIO

Obesidad

28,2%

La obesidad afecta ya a tres de cada diez personas en España. Es un padecimiento en auge que está asociado a hábitos alimentarios poco sanos y a llevar una vida sedentaria, en la que la práctica del deporte está ausente.

Hipertensión arterial

41,2%

Este es el porcentaje de ciudadanos que tienen la tensión arterial elevada, es decir, cuatro de cada diez individuos se enfrentan a este padecimiento. Es conveniente tomarse la tensión con frecuencia para saber si está alta y controlarla.

Síndrome metabólico

20,8%

El síndrome metabólico se define como un conjunto de rasgos clínicos que traducen la resistencia a la insulina. Puede incluir trastorno de los lípidos y del manejo de la glucosa, obesidad e hipertensión en diferentes combinaciones.

Tabaquismo

27,8%

El tabaco sigue siendo un hábito habitual entre casi el 30% de la población española. Las campañas preventivas y la prohibición de fumar en espacios públicos y lugares de trabajo no han terminado de convencer a muchos fumadores.

Ingesta de bebidas alcohólicas a diario

22,6%

El alcohol está muy presente en la vida española. Su consumo en exceso y a diario resulta perjudicial para la salud, sobre todo las bebidas de mayor graduación.

Ingesta de aceite de oliva para freír

69,2%

El estudio demuestra el beneficio del consumo de oliva, algo que hace casi el 70% de la población, ya que favorece el aumento de los niveles de colesterol bueno (HDL). Por eso, recomienda este aceite.

Sedentarismo

50,3%

La mitad de los españoles son sedentarios. La ausencia de ejercicio físico favorece la obesidad y la aparición de enfermedades cardiovasculares y metabólicas. Algo tan simple como caminar a diario resulta beneficioso para la salud.

