



El círculo azul es el emblema de la lucha contra la diabetes. Hoy, día mundial de esta enfermedad, edificios como la Puerta de Alcalá o el Empire State se transforman en antorchas solidarias añiles.

La ONU se ha puesto en alerta: la diabetes mata al año a 4 millones de personas en el mundo y la incidencia se multiplica. La salud está perdiendo la batalla

DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

TEÑIRSE DE AZUL PARA FRENAR UNA PANDEMIA

PAZ GÓMEZ



El rojo ataca al sida; el rosa, al cáncer y el azul, a la diabetes. El símbolo es un círculo que significa la unidad y su color cielo evoca la bandera de las Naciones Unidas, que ha concedido a esta enfermedad más notoriedad inducida por el movimiento mundial de las asociaciones de enfermos. El próximo año la ONU celebrará una sesión sobre la amenaza de una pandemia: 500 millones de personas, 200 más que ahora, padecerán en todo el planeta un exceso de azúcar en sangre de por vida en 2030. Tantos como toda la población del Norte América. Este enemigo crece a ritmo vertiginoso tanto en países ricos como en vías de desarrollo reptando bajo la falsa apariencia de una dolencia estabilizada. Su poder es la ignorancia y el silencio; unas armas que hoy, Día Mundial de la Diabetes, afectados, expertos y fundaciones quieren demoler. ➤



Las minas antipersonas mutilan a 6.000 personas al año: la diabetes provoca un millón de amputaciones. ¿Por qué no se le tiene miedo? No es contagiosa, se ignoran sus efectos, muchos no están diagnosticados y hay que enfocar los planes a la realidad de cada país

▶ «Mata al doble de personas que el sida y provoca muchas más amputaciones que las minas antipersonas, pero no se le tiene miedo por es una amenaza silenciosa: no es contagiosa y no se le teme. Hemos perdido la batalla contra la diabetes y hay que cambiar la estrategia para ganarla». Mario Fetz, director de la Federación Internacional de la Diabetes (IDF), arroja datos contundentes en Estocolmo, invitado por la farmacéutica Novo Nordisk para participar en el seminario 'Changing diabetes through communication' (Cambiar la diabetes a través de la comunicación). La ONU calcula que cada año 6.000 personas son dañadas por las minas antipersona, mientras que la diabetes provoca un millón de ampu-

taciones anuales, además de insuficiencia renales, cegueras, enfermedades coronarias, derrames cerebrales...

Todas esas complicaciones son el origen de que en 2010 mueran 20.000 diabéticos en España de 20 a 79 años, en Europa serán 630.000, y en todos los continentes 4 millones, el 6,4% de la mortalidad mundial. Estos datos, obtenidos del Atlas de la Diabetes que documentan las 200 asociaciones de 160 países que componen la IDF, y la proyección de que el número de enfermos prácticamente se duplicará en 20 años, es el detonante de la alarma que han lanzado los expertos y que Naciones Unidas ha recogido.

Tanto Fetz como Anil Kapur, director de World Diabetes Founda-

tion, dedicada a financiar iniciativas para la prevención y el tratamiento de esta patología en países en desarrollo, quieren aprovechar el Día Mundial de la Diabetes, que se celebra hoy, para desterrar falsos mitos y un alto nivel de desconocimiento que provocan la falta de temor entre la sociedad, el elevado número de diabéticos sin diagnosticar y la dificultad para obtener recursos económicos por parte de gobiernos y organizaciones internacionales. En primer lugar, la diabetes es complicada de explicar mientras que las enfermedades contagiosas tienen la 'ventaja' de que el mero hecho de ser transmisibles les confiere una gran atención.

De esos millones de personas, el 90% sufren diabetes 'mellitus' o tipo

2: un trastorno metabólico que da la cara en la edad adulta porque el páncreas no produce suficiente insulina para mantener los niveles de glucemia normales, a menudo, debido a que el cuerpo no responde bien a la insulina. Es el tipo más común debido a la creciente obesidad y a la falta de ejercicio.

Existen otras dos clasificaciones: la diabetes tipo 1, se diagnostica ma-

El azul viaja desde el Empire State al Cristo de Brasil o al Coliseo

Será el broche final de la jornada de hoy. Dentro del intenso programa de actividades que ha organizado la Federación Internacional de Diabetes, a través de sus 200 asociaciones repartidas por 160 países, una de las más aplaudidas es 'Desafío Monumental en Azul': edificios emblemáticos como la madrileña Puerta de Alcalá, el Empire State de Nueva York, El Cristo de Corvado de Brasil, la Puerta de Brandemburgo de Berlín, el Coliseo de Roma o la Torre de Londres, entre otros miles, se iluminan de azul al anochecer como homenaje a la lucha contra esta patología. La Asamblea Regional, en Cartagena, también cambió su aspecto en solidaridad con los diabéticos.

yoritariamente en la infancia porque el cuerpo no produce insulina y necesitan inyectarse esta hormona a diario; y la diabetes gestacional, que se presenta en mujeres durante el embarazo.

Otra falacia que lacra el respeto a esta patología tan prevalente es que, como denuncia Kapur a 'La Verdad', «la gente sigue pensando que es una enfermedad de ricos y resulta que el gran problema está surgiendo en los países en vías de desarrollo. Cuatro de cada cinco diabéticos viven actualmente en países en vías de desarrollo». No son opiniones. El 'top ten' de los países con la mayor prevalencia de afectados (entre 20 y 79 años) en 2010 lo encabezan Nauru, con un 30,9% de diabéticos; Emiratos Árabes, 18,7%, y Arabia Saudí, 16,8%. ¿Y qué panorama se avecina? Pues en ese lucroso 'ranking' ingresarán y subirán posiciones países tan dispares como Bahrain, Kuwait o Malasia.

De hecho, las proyecciones para 2030 es que en Oriente Medio y en África aumenten el número de diabéticos más de un 90%. En el sur y este de Asia se separará el total de afectados en un 72%, tal y como recoge el Atlas de IDF. China es la que más diabéticos tiene: cerca de 92 millones de ciudadanos.

La factura sanitaria

Los expertos citados en el seminario de Estocolmo reconocen que a la opinión pública le resulte llamativo que en países pobres o en vías de desarrollo, donde aún se pasa hambre o abunda la malnutrición, crezca con esa fuerza la incidencia de diabetes tipo 2, es decir, aquella resistencia a la insulina que se genera de adulto y que no obedece a malos hábitos de vida, como el sobrepeso y el sedentarismo.

No es incongruente: Kapur explica que confluyen multitud de



La Asamblea Regional se vistió de azul anoche en solidaridad con la diabetes. :: ANTONIO GIL / AGM

«La tuberculosis está atacando a los diabéticos en China o Brasil»

Anil Kapur Director gerente de World Diabetes Foundation

■ P. GÓMEZ

—¿En qué países crece más rápido la incidencia de diabéticos?

—La mayoría están en el Pacífico, como Nauru o Samoa, y también ocurre en Mauritania y Oriente Medio. Suelen ser países pequeños y en algunos 1 de cada 3 adultos sufren la enfermedad.

—¿Qué relación existe entre la diabetes y las infecciones, como la tuberculosis?

—La relación entre ambas se ha sabido desde hace 3.000 años. En el pasado, cuando no había terapias efectivas, si un diabético desarrollaba tuberculosis, era una sentencia de muerte. Esa relación se olvidó pero ahora en India, China o Brasil se está haciendo visible otra vez porque los diabéticos tiene 3 veces más posibilidades

de contraer tuberculosis porque tienen menos defensas.

—La pregunta más difícil: ¿una solución global?

—Lo más importante para conseguir una solución global sería que los gobiernos empezaran a aceptar que la diabetes y las enfermedades crónicas son asesinos y están afectando a las economías y sistemas de salud. Porque

en un país donde los gobiernos locales quieren hacer algo pero son dependientes de una asistencia, como donaciones externas, insistirán que den prioridad al sida, la malaria y la tuberculosis, y no tienen derecho ni control sobre el dinero que consiguen. Ellos lo invierten en lo que les establecen, y esto tiene que cambiar. Tiene que haber otro enfoque.



Anil Kapur

«Queremos implicar en esta lucha a la industria del deporte»

Mario Fetz Director de la Federación Internacional de Diabetes (IDF)

■ P. GÓMEZ

—Reconoce que han perdido la batalla contra la diabetes. ¿Confían en que la cumbre en la ONU sea un revulsivo?

—Por supuesto, no sólo en la estrategia de comunicación, sino también a la hora de diseñar planes de prevención y tratamiento que sean válidos para cada región cultural y social.

—En su ponencia ha hablado de implicar a la industria del deporte, ¿por qué?

—Necesitamos fondos y también personas públicas que sean la imagen de la lucha contra la diabetes. En el sida ocurrió así y en otras enfermedades. Tenemos una oposición importante por parte de las industrias alimentarias, y estamos trabajando para implicar al mundo del deporte.

—¿Podría darme un ejemplo de cómo la prevención reduciría la incidencia de diabetes?

—Si. Muy sencillo: caminando media hora todos los días, que no es mucho esfuerzo, se reduce un 30% la posibilidad de padecer diabetes.

—¿Confían en que se encuentre una cura pronto?

—Siempre existe esa esperanza, pero la mejor solución contra la tipo 2 ahora es mejorar tu propio comportamiento.



Mario Fetz

| En Europa | | 2010 | 2030 |
|--|-------|-------|------|
| Población total (millones) | | 891 | 897 |
| Población adulta (20-79 años, en millones) | | 646 | 659 |
| DIABETES (20-79 AÑOS) | | | |
| Prevalencia regional (%) | 8.5 | 10.0 | (%) |
| Prevalencia comparativa | 6.9 | 8.1 | 14 |
| Número de personas con diabetes (millones) | 55.4 | 66.5 | 12 |
| DIABETES TIPO 1 (0-14 AÑOS) | | | |
| Número de niños con tipo 1 (en miles) | 112,0 | | 8 |
| Número de nuevos diagnosticados al año (miles) | 17,1 | | 6 |
| MORTALIDAD POR DIABETES (20-79 años) | | | |
| Muertes en hombres (en miles) | 297.6 | | 2 |
| Muertes en mujeres (en miles) | 336.5 | | 0 |
| COSTE SANITARIO DE LA DIABETES | | | |
| Gasto sanitario total (en Millones de dólares) | 105.5 | 124.6 | |

Fuente: Atlas de la Diabetes. International Diabetes Federation



factores, como trasladarse a zonas urbanas, engancharse a la comida basura o incluso emplear la mejora del nivel adquisitivo para malnutrirse.

«Los factores culturales también pesan mucho: en Nápoles un niño con sobrepeso está bien visto porque se interpreta como sano mientras que las embarazadas árabes dejan de comer porque creen que así duele menos el parto», Bo Wesley, consultor sobre salud pública de la multinacional Novo Nordisk, dedicada a la producción de insulina.

En España el 10% de los habitantes ya es diabético, y si sólo se contabiliza a los adultos, el Atlas augura que en 2030 la diabetes seguirá castigando al 8% de los españoles.

¿Qué proponen este movimiento mundial para solucionar esa escalada? Creer que si los gobiernos no se asustan por la merma de la salud de sus ciudadanos, si tomarán cartas ante el coste que implica cuidar a los diabéticos: 105,5 millones de dólares en Europa que subirán a 124.6 dentro de 20 años, y una factura mundial de 376.000 millones de dólares que serán 490.000 millones en el año 2030.

Las aso-

ciaciones de diabéticos y las organizaciones altruistas, así como los especialistas y empresas implicados en esta patología, confían en que la cumbre de la ONU sea un punto de inflexión: para cambiar la percepción social de la enfermedad a través del impacto mediático y para lograr que se estructuren planes de prevención y tratamiento por regiones y por características culturales que logren reducir la incidencia. Las pautas para Oriente Medio no funcionarían en España ni las nuestras en Japón. Un ejemplo: un joven argelino relataba en Estocolmo su vivencia como diabético tipo 1 en su mundo.

«Mi novia se horrorizaba al verme pincharme insulina porque creía que

era un drogadicto y mi familia me rechazaba por no poder respetar el ayuno en el Ramadán. Dudaban de mí y de mi fe». En su caso, la lucha ha empezado por enseñar a su círculo. En Occidente la clave reside en sudar más y comer menos y mejor. Un puzzle social, cultural, sanitario y económico que requiere piezas nuevas y que empezarán a forjarse en la sede de la ONU.

Diabetes (20-79 años) por áreas, 2030

| | 2030 | | | 2010/30 | |
|-------|----------------------|--------------------------|-------------------------------------|---|---|
| | Población 20-79 años | Nº personas con diabetes | Prevalencia de diabetes comparativa | Aumento del número de personas con diabetes | % |
| | Millones | Millones | % | | % |
| NAC* | 390 | 53,2 | 12,1% | 42,4% | |
| MENA | 533 | 51,7 | 10,8% | 93,9% | |
| SEA | 1.200 | 101,0 | 9,1% | 72,1% | |
| EUR | 659 | 66,2 | 8,1% | 20,0% | |
| SACA | 382 | 29,6 | 7,8% | 65,1% | |
| WP | 1.772 | 112,8 | 5,7% | 47,0% | |
| AFR | 653 | 23,9 | 4,7% | 98,1% | |
| Total | 5.589 | 438,4 | 7,7% | 54,0% | |

2010

| | Población 20-79 años | Nº personas con diabetes | Prevalencia de diabetes comparativa |
|-------|----------------------|--------------------------|-------------------------------------|
| | Millones | Millones | % |
| NAC* | 320 | 37,4 | 10,2% |
| MENA | 344 | 26,6 | 9,3% |
| SEA | 838 | 58,7 | 7,6% |
| EUR | 646 | 55,2 | 6,9% |
| SACA | 287 | 18,0 | 6,6% |
| WP | 1.531 | 76,7 | 4,7% |
| AFR | 379 | 12,1 | 3,8% |
| Total | 4.345 | 284,6 | 6,4% |

Diabetes (20-79 años) por áreas, 2010



En España

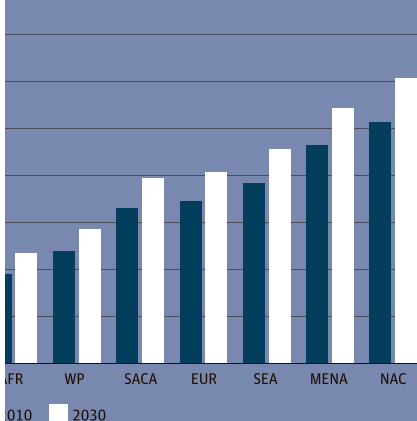
Porcentaje de diabéticos (20-79 años) en 2010: **8,7%** de la población total

Porcentaje de diabéticos (20-79 años) en 2030: **8%** de la población total

Total de diabéticos en 2010: **2.939.300** pacientes

Muertes atribuidas a la diabetes en 2010: **20.550** fallecimientos

Evolución de predominio de la diabetes (20-79 años) por áreas, 2010 y 2030



(*) NAC: Norte América y Caribe
SACA: Sur Centro América y el Caribe Hispano
AFR: la mayor parte del continente excepto algunos países del Norte de África que pidieron incorporarse a MENA
MENA: Oriente Medio y Norte de África
SEA: Sur y Este Asiático
WP: Zona del Pacífico desde Australia hasta China y Japón
EUR: Europa

El primer paciente que recibió insulina en 1922 y su cambio en sólo dos meses. **AV**



La trascendencia de cuidar la glucemia en embarazadas

«El 50% de las embarazadas que sufren diabetes gestacional desarrollan la diabetes tipo 2 después del parto y sufren una enfermedad cardiovascu-

lar, y también influye en que el niño tenga diabetes tipo 2». Bo Wesley, consultor de Novo Nordisk, explica que la farmacéutica se ha embarcado en un proyecto de investigación junto a la Federación Internacional de Diabetes para estudiar la influencia de la diabetes gestacional, que consiste en altos ni-

veles de glucemia durante el embarazo, en la incidencia de esta enfermedad. Ya están trabajando en estudios piloto en Colombia, Nicaragua y la India. Calculan que si se controla la gestacional, podrían evitarse hasta 2,5 millones de casos de tipo 2 en mujeres y un millón en niños al año.