

salud  
info

## Batalla contra la diabetes

Un fármaco lanzado recientemente en España reduce los efectos secundarios típicos de los antidiabéticos. Un motivo para conmemorar el Día Mundial de la enfermedad este 14 de noviembre.



**E**n la novela 'Pisando los talones', el inspector Wallander –el famoso protagonista de la serie de Henning Mankell– descubre que es diabético: «Aquel cansancio no era normal, como los calambres en las pantorrillas por la noche, la sed, las visitas frecuentes al cuarto de baño...». El diagnóstico fue tan fulminante como la resolución de sus casos: diabetes tipo 2. «Hay que modificar los hábitos alimenticios, regular la tensión arterial, hacer ejercicio», le dijo el médico, pero Wallander «no alcanzaba los 50 y ya tenía la sensación de que vivía de prestado». Como este personaje de ficción, **en España hay alrededor de un millón y medio de personas que no sabe que tienen la enfermedad. A esta cifra hay que sumar los ya diagnosticados: en nuestro país el 12% de la población**, es decir, casi cuatro millones y medio, según datos de la OMS. La diabetes (patología que se caracteriza porque el cuerpo no produce o emplea correctamente la insulina, una hormona esencial en el organismo pues permite que la glucosa entre en las células y las alimente para que mantengan sus funciones vitales) no tiene cura y se ha convertido en una enfermedad crónica. «La desventaja de los medicamentos utilizados para tratarla es que, al cabo del tiempo, terminan perdiendo su efecto y, además, la mayoría provoca hipoglucemia y aumento de peso», explica la Dra. Adela Rovira, jefe del Servicio de Endocrinología de la Fundación Jiménez Díaz. Sin embargo, desde septiembre, los diabéticos cuentan en España con Onglyza, un medicamento fruto del trabajo conjunto de los laboratorios Bristol Myers-Squibb y AstraZeneca, que actúa sólo cuando

los niveles de azúcar en sangre son elevados, reduciendo al mínimo el riesgo de hipoglucemia. También se ha demostrado que no produce aumento de peso, «y así los pacientes no abandonan la terapia por engordar», dice Rovira. De momento, Onglyza debe combinarse con otro fármaco antidiabético, pero en un futuro quizá pueda prescribirse como monoterapia. «Esto es muy relevante», asegura Rovira, «hay que tener en cuenta que una persona con diabetes tipo 2 puede llegar a tomar una veintena de pastillas a diario, por eso, todo lo que sea reducirlas es bueno. En este sentido, el nuevo fármaco es una ayuda, porque sólo hay que ingerirlo una vez al día y puede hacerse independientemente de las comidas.» Hay un grupo de pacientes para quienes este medicamento no está indicado: dado que actúa sobre la secreción de insulina, es aconsejable que la persona que lo tome genere cierta cantidad de esta hormona, por eso Onglyza funciona en las primeras fases de la enfermedad, pero no en las avanzadas. Asimismo, los enfermos con insuficiencia renal o hepática no deben tomarlo hasta que no se demuestre su seguridad en ensayos clínicos. **Pero, si bien los beneficios del nuevo medicamento son evidentes, hay que incidir en que el «tratamiento de la diabetes debe incluir dieta y ejercicio», señala el Dr. Boada**, médico de familia del Centro de Salud Guinardó (Barcelona). Controlar el peso y practicar algo de deporte es importante también para los que no están diagnosticados: las personas con obesidad, hipertensión, altos índices de triglicéridos y de colesterol malo (LDL) tienen más posibilidades de desarrollar la enfermedad. Y también

quienes tienen un familiar que la padece. Si bien a día de hoy se desconocen las causas que producen la diabetes, parece que la genética está presente en su aparición. De ahí que el diagnóstico precoz sea tan relevante: es tan sencillo como hacerse un análisis de sangre a partir de los 45 años y ver los índices de glucosa. **\_por Esther García-Valdecantos**

### EL 'PELIGRO' DE LA NAVIDAD

El final del año es uno de los períodos críticos para las personas que sufren diabetes tipo 2, sobre todo para los niños, entre los que cada vez hay más casos, probablemente por el aumento de la obesidad. Para ayudar a los padres a saber, entre otras muchas cosas, qué dulces pueden comer y en qué horas hacerlo, la Federación de Diabéticos Españoles (FEDE) cuenta con una guía –[www.fedesp.es/bddocumentos/1guia\\_tipo2.pdf](http://www.fedesp.es/bddocumentos/1guia_tipo2.pdf)– en la que se da respuesta a las preguntas más frecuentes de los pacientes. Así se sabrá que hay que tener cuidado con productos *light* como los turrónes, pues aunque no tengan azúcar contienen gran cantidad de hidratos; o que los dulces deben tomarse junto con las comidas y no entre horas, ya que esto favorece la subida y bajada de glucosa.

**Sección coordinada** por el área de salud del MUNDO.