



Siete mil nuevos casos de diabetes se diagnostican en Asturias cada año

El día mundial contra la enfermedad anima a prevenir y mejorar el control

Oviedo, E. G.

Cada año se diagnostican en Asturias 7.000 nuevos casos de diabetes. Ése es un problema, pero no menos grave que el de los asturianos que la padecen y que no son diagnosticados. «¡Tomemos ya el control de la diabetes!» es el lema del día mundial contra esta enfermedad, que se celebra mañana, domingo, en todo el mundo y que ayer fue objeto de una mesa redonda en el Club Prensa Asturiana de LA NUEVA ESPAÑA.

El lema viene a recordar que la diabetes de tipo 2, la del adulto, se puede prevenir, se tiene que diagnosticar a tiempo, a la luz de unos determinados síntomas, y se debe controlar con unos hábitos de vida saludables que vienen bien a los diabéticos y también al resto del mundo. Ya lo decía Maimónides, genio médico del siglo XII: «Una enfermedad que se puede tratar con

dieta no se debe tratar de otra manera». «La dieta, mejor que el medicamento», dijo Edelmiro Menéndez, jefe del servicio de endocrinología y nutrición del HUCA, quien alertó de que la edad del paciente a quien se le diagnostica la diabetes tipo 2 cada vez es más temprana: «La estamos encontrando en jóvenes e, incluso, niños, y esto está muy relacionado con la obesidad». Poner coto al riesgo o, al menos, reducirlo, no es tan difícil. Por ejemplo, reducir el peso entre un 5 y un 10 por ciento, o media hora caminando rápido unos cinco días a la semana.

La doctora Esther de la Fuente explicó las primeras experiencias con la telemedicina en el campo del seguimiento de la diabetes. En concreto, en el control de fondo de ojo de pacientes del área sanitaria de Jarrío. «La telemedicina implica trasladar la responsabilidad al pa-



NACHO OREJAS

Por la izquierda, Teresa Tartón, Edelmiro Menéndez y Esther de la Fuente.

ciente, lo que no quiere decir ni mucho menos que el sistema se desentienda. Se trata de que el paciente participe también en la gestión de su problema de salud», señaló De la Fuente.

La enfermera educadora en dia-

betes del servicio de endocrinología del HUCA, Teresa Tartón, explicó el proceso que sigue dentro del sistema sanitario una persona a la que se le diagnostique una enfermedad «asociada a un determinado estilo de vida».

Más de 200 millones de diabéticos en el mundo, y casi cinco en España

Oviedo

La diabetes preocupa en el mundo y quizá por eso la ONU ha asumido como propia la convocatoria del día mundial contra esta enfermedad que genera estadísticas estratosféricas: más de siete millones de personas desarrollan la enfermedad al año, hay más de doscientos millones de diabéticos en el mundo y, en general, un 12% de la población mundial es diabética.

En España, a los 4,6 millones de diabéticos se unen otros 4,4 millones de prediabéticos, personas con claro riesgo de contraer la enfermedad. Hay millón y medio de españoles diabéticos que no lo saben, y que se la juegan en ese su desconocimiento. Si tiene más de 40 años, mucha hambre, mucha sed, orina muy frecuentemente, se siente cansado y tiene sobrepeso, quizá convenga una visita al analista para salir de dudas. Mejor prevenir que curar. El 11% de las muertes en Europa están directamente relacionadas con la diabetes, argumento más que suficiente para estar ojo avizor.