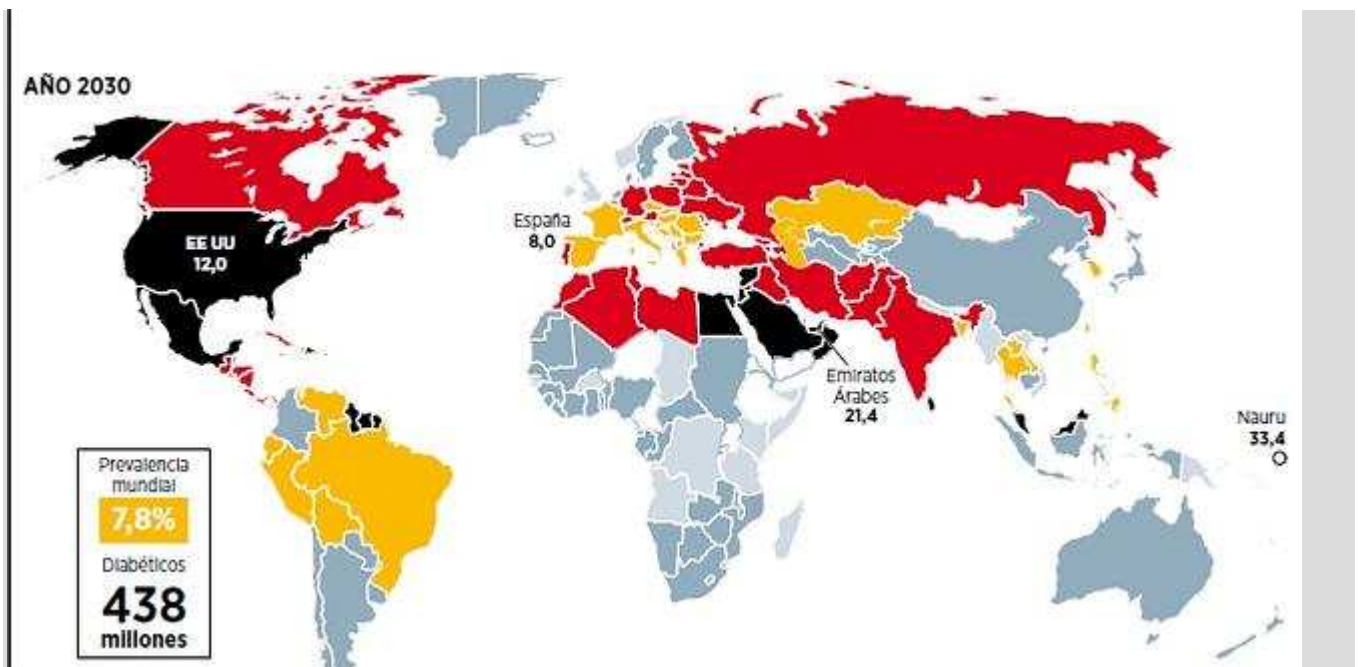


Una vieja asesina urde una pandemia en silencio

La diabetes atacará a 500 millones de personas en 2030 y provoca 4 millones de muertes al año

23.02.11 - 16:59 -



Mapa de la diabetes en el mundo en el año 2030. /Redacción

Cada 30 segundos se amputa una pierna o un pie a una persona en alguna parte del mundo. Más de 2.800 al día. Un millón de soluciones quirúrgicas dramáticas al año que nada tienen que ver con guerras, atentados terroristas, accidentes ni minas antipersonas. La culpa es de una vieja conocida del ser humano a la que se le ha perdido el miedo y el respeto: la diabetes.

Un movimiento mundial auspiciado por asociaciones de enfermos, fundaciones altruistas, ONG y especialistas ha logrado que Naciones Unidas se implique en una grave alerta sanitaria que se nutre de la ignorancia, los falsos mitos y el elevado número de afectados sin diagnosticar. El resultado es que, como clama Mario Fetz, director de la Federación Internacional de Diabetes (IDF), «estamos perdiendo la batalla contra esta enfermedad». No es una frase hecha: una pandemia acecha a la humanidad y se cebará con los países en vías de desarrollo, tal y como vaticina el Atlas de la Diabetes que documentan 200 asociaciones de 160 países. El año que acaba de terminar arroja un balance de 284,6 millones de diabéticos en el planeta de entre 20 y 79 años. La prospección elaborada por el Atlas, y que ya ha sido corregida al alza, avisa de que en 2030 la cifra de afectados se elevarán hasta los cerca de 500 millones: casi el doble.

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 mayoritariamente 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.

Las amputaciones traumáticas no son las únicas complicaciones asociadas a este trastorno metabólico. Van desde derrames cerebrales e infartos a la ceguera. Estos efectos derivan en una elevada mortalidad que no para de crecer: en 2010 fallecieron más de 200.000 diabéticos en España de entre 20 y 79 años, 630.000 en Europa y 4 millones en todos los continentes. Una tasa de mortalidad que se disparará a 6 millones si se cumplen las más que certeras proyecciones del Atlas del IDF y que ha provocado que la ONU se ponga en situación de alerta.

Resolución 61/225

Este documento emitido por Naciones Unidas significa que este año los líderes mundiales serán convocados a una cumbre sobre la diabetes. «Es el momento para cambiar la estrategia de comunicación, que evidentemente ha fallado –lamenta Fetz–. Hay que lograr que los diferentes gobiernos se den cuenta de la carga económica, social y sanitaria que supone esta patología para sus países y así diseñar programas de prevención y tratamiento que sean válidos para cada región cultural. El mensaje no puede ser el mismo para todos».

Y es que si impactantes son esas cifras de amputaciones de miembros por problemas vasculares que sufren los diabéticos, muy por encima de los 6.000 casos que calcula la ONU se producen anualmente por explosiones de minas antipersonas, aún es más lacerante saber que diversas investigaciones afirman que la prevención evitaría al menos la mitad de esas amputaciones; un 49% de las intervenciones en países desarrollados y un 85% en aquellos en vías de desarrollo. Y ese remedio se fundamenta en una dieta idónea, hacer ejercicio, acceso a los cuidados médicos y fármacos necesarios.

«No es una enfermedad de ricos». Otra mentira que lacra el respeto a esta patología tan prevalente es que, denuncia Anil Kapur, director gerente de World Diabetes Foundation, es que «la gente sigue pensando que es una enfermedad propia de ricos, de personas que comen en exceso y mucho, y resulta que el gran problema está surgiendo en los países en vías de desarrollo. Cuatro de cada cinco diabéticos viven hoy en países en vías de desarrollo».

Las cifras avalan al representante de esta fundación, que financia iniciativas de prevención y asistencia sanitaria a diabéticos en el Tercer Mundo. 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

El apunte

La depresión eleva el riesgo de sufrir complicaciones

Aunque aún es un descubrimiento relativamente reciente y no existen datos epidemiológicos regionalizados, los estudios de endocrinos, investigadores y de la Federación Internacional de Diabetes (IDF) a que la depresión es una patología que se debe añadir a las muchas complicaciones y efectos desencadenantes que padecen los diabéticos.

La voluntad dura seis meses. O eso dicen los expertos en Psicología Clínica sobre el aguante de los enfermos crónicos a la hora de seguir a rajatabla las indicaciones. «Las personas con diabetes que tienen depresión suelen encontrar más difícil seguir las recomendaciones de su tratamiento y tienen un mal control metabólico, un mayor índice de complicaciones, utilizan y gastan más en servicios sanitarios, tienen una mayor discapacidad y pérdida de productividad, una menor calidad de vida, así como un mayor riesgo de muerte», alerta la IDF en su web (www.atlasdiabetes.org). Por eso reclama que son necesarias «estrategias coordinadas para la atención clínica a fin de mejorar la salud de las personas con diabetes y depresión y reducir la carga de la enfermedad».

Los mecanismos que vinculan estas afecciones no están completamente claros. Una revisión de estudios realizada por investigadores reveló que la depresión iba asociada a un aumento del 60% de la

(16,8%). ¿Y qué panorama se avecina? Pues en ese sangrante 'ranking' ingresarán y subirán posiciones países tan dispares como Bahrain, Kuwait o Malasia.

No es casualidad que la primera conferencia internacional sobre diabetes, obesidad y otras enfermedades endocrinas de la influyente American Association for Clinical Endocrinologists (AACE) se celebre este mes en Qatar. Las previsiones 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 disparará 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 'falacia' mediterránea

¿Cómo es posible que en países con pobreza se esté disparando la diabetes tipo 2, una resistencia a la insulina que se genera de adulto y que obedece a malos hábitos de vida como el sobrepeso y el sedentarismo? No es una incongruencia. Kapur explica que confluyen multitud de factores, como trasladarse a zonas urbanas, engancharse a la comida basura o incluso emplear la mejora del nivel adquisitivo para malnutrirse.

Precisamente la Sociedad Española de Endocrinología (SED) asocia la crisis económica a un incremento de la obesidad porque los alimentos baratos son más calóricos y poseen menos virtudes nutricionales. El jefe del servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Carlos Haya de Málaga, Federico Soriguer, sostiene que la merma de recursos económicos influye negativamente en la dieta: «Una hamburguesa es más barata que dos manzanas».

«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», puntualiza Bo Wesley, consultor sobre salud pública de la multinacional Novo Nordisk, dedicada a la producción de insulina.

La influencia en la prevalencia de la diabetes de la diversidad cultural se entiende con historias personales. Novo Nordisk, en un seminario 'Changing diabetes through communication', organizado en Estocolmo, presentó a un joven argelino, diabético tipo 1 y musulmán. «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. Ahora han entendido que es una enfermedad y tengo otra pareja, pero me ha costado mucho luchar contra el rechazo».

Eyamo Zang Alexandre, de Camerún, ya no puede contar su vivencia. Falleció antes de cumplir los 18 años porque no tenía acceso a la asistencia médica necesaria. En su caso era un lujo inalcanzable que le costó la vida. El reto de Lisbeth, una madre británica de clase media, fue radicalmente diferente al de estos chicos. Enseñar a su hija a aceptar su enfermedad, cuidarse y hacer deporte es una ardua tarea en una sociedad occidental dominada por la comida basura, el sedentarismo y las posibilidades económicas de un adolescente europeo. Lo logró y hoy se siente orgullosa de que su hija viva sola sin necesidad de ejercer de alguacil con su dieta.

La dieta mediterránea, recientemente catalogada Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la Unesco, no ha alejado a España de este asesino silencioso. Si solo se contabiliza a los adultos, el Atlas de Diabetes augura que en 2030 la patología seguirá castigando al 8% de los españoles. El estudio di@bet.es, realizado desde el Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas (CIBERDEM) del Instituto de Salud Carlos III (Ministerio de Ciencia e Innovación), en colaboración con la Sociedad Española de Diabetes (SED) y la Federación Española de Diabetes (FED), cuantificó recientemente la incidencia nacional en un 12%. Es más: en sus encuestas a 5.419 personas han detectado que el riesgo de padecer diabetes tipo 2 está directamente relacionado con el nivel cultural: a más estudios, menos riesgo.

Las asociaciones de diabéticos y las organizaciones altruistas, así como los especialistas y empresas implicadas en esta patología, confían en que la cumbre de la ONU sea un punto de inflexión: que las autoridades se percaten de que hay una pandemia silenciosa encubierta de falsa

amenaza por no ser contagiosa. El mundo, según este 'lobby' prodiabéticos, persigue cambiar la percepción social de la enfermedad a través del impacto mediático y su enorme factura para lograr que se estructuren planes de prevención y tratamiento por regiones y por características culturales que logren reducir la incidencia.