



## EPIDEMIOLOGIA

# Los casos de diabetes en España alcanzan al 12% de los adultos

El 80% de los pacientes con el tipo 2 sufren complicaciones, sobre todo cardiovasculares • La dieta es clave en el primer año de diagnóstico

**Manu Mediavilla** / MADRID

Los últimos datos epidemiológicos sobre la diabetes, cuyos casos se han más que duplicado en 30 años al pasar de 153 millones de personas adultas en 1980 a 347 millones en 2008, refuerzan la advertencia de que es una auténtica 'bomba de relojería' para la salud mundial. Y también renuevan la voz de alerta en España (4,6 millones, 12% de la población adulta), que se sitúa en el quinteto de países ricos con mayor prevalencia junto a Nueva Zelanda, Malta, Estados Unidos y Groenlandia. Las cifras más bajas del mundo desarrollado se dan en Francia, Austria y Holanda, mientras el problema se expande por todo el planeta, con Oceanía en primera fila pero con perfiles también inquietantes en Asia, Latinoamérica, Caribe, norte de África y Oriente Medio; entre India y China suman ya 138 millones de casos. A ese retrato general

se añaden otros rasgos paralelos que agravan el escenario. Uno, el infradiagnóstico: en España, la prevalencia conocida es del 8,1% y la desconocida del 3,9%, lo que supone que un tercio desconoce que tiene la enfermedad. Otro, la gran frecuencia de complicaciones, que en la diabetes tipo 2, la más habitual, alcanza al 80% de pacientes. Y un tercero, el incumplimiento terapéutico, que en el tratamiento con insulina ronda el 35%-40%.

Estos datos internacionales acaban de ser analizados en el recién concluido Congreso de la Asociación Estadounidense de Diabetes (ADA), que ha reunido en San Diego a 13.000 científicos y profesionales sanitarios de todo el mundo para revisar los últimos avances en la materia. Según el mayor estudio (66.726 personas en 28 países) sobre diabetes tipo 2, y aunque los datos difieren entre regiones, un 75% de pacientes presenta enferme-



Prueba de glucosa en una campaña para prevenir la enfermedad. ARCHIVO

dad cardiovascular, y hasta un 84% otras complicaciones como patología renal, problemas oftalmológicos, pie diabético o neuropatía. La investigación desveló importantes retrasos en el inicio de la terapia con insulina y en su posterior ajuste a medida de cada paciente, lo que favorece las complicaciones asociadas a la enfermedad.

La cita científica de San Diego también evidenció la necesidad de concentrar los esfuerzos terapéuticos del primer año tras el diagnóstico en una dieta intensiva controlada médicamente para

### TERAPIAS

Un tercio de los pacientes no cumplen adecuadamente con el tratamiento con insulina

perder entre un 5 y un 10% de peso (la obesidad es uno de los máximos factores de riesgo de la diabetes), estrategia que consiguió claras mejoras del control glicémico y de los niveles de colesterol y triglicéridos. Los especialistas también abogan por el ejercicio físico, aunque un estudio sobre el tema no mostró mejoras adicionales; todo indica que muchos pacientes se permitían algún 'capricho' gastronómico para compensar su esfuerzo gimnástico.