



El 14% de la población padece diabetes y la mitad no lo sabe

Adima hará mañana pruebas de glucemia gratuitas en la Plaza de la Constitución

Leonor García / MÁLAGA

Daño renal, pérdida de visión, trastornos del sistema nervioso y problemas cardiovasculares. Son algunas de las consecuencias que en mayor o menor medida provoca la diabetes, una patología que padece el 14% de la población. Controlar la enfermedad mitiga sus efectos. El problema es que casi el 7% de la población general —es decir, la mitad de los diabéticos— sufre la dolencia y sin embargo lo desconoce.

La razón de que pase inadvertida es que no tiene una sintomatología clara. Un diabético bebe más, orina mucho y pierde peso. Estos síntomas suelen ser muy drásticos y detectarse pronto en la diabetes tipo 1, la que afecta a niños y adolescentes y que es producto de que el propio cuerpo destruye las células del páncreas que producen

la insulina. Pero en la tipo 2 —la que aparece en los adultos por el agotamiento pancreático derivado de la edad y la sobrecarga de trabajo que supone la gordura— las señales no son tan evidentes. La patología es más frecuente en hombres que en mujeres. Se ignoran las causas de estas diferencias por sexo, pero a partir de los 45 años afecta a uno de cada cuatro hombres y a una de cada ocho mujeres.

Desde la Asociación de Diabéticos de Málaga (Adima) se hace hincapié en una advertencia que también lanzan los endocrinólogos y es que se está detectando la diabetes de los adultos en adolescentes debido a su exceso de peso. Por eso su presidente, José Sánchez, insiste en la importancia de la prevención, de hacer ejercicio físico y llevar una dieta saludable. “La obesidad multiplica el riesgo

Los diabéticos tienen 25 veces más riesgo de ceguera

El Consejo General de Ópticos, con motivo del Día Mundial contra la Diabetes, ha lanzado un llamamiento para las personas que padecen esta enfermedad a fin de que se realicen revisiones periódicas de la vista. La razón es que en un diabético el riesgo de ceguera es 25 veces más alto que en la población general. Además, los ópticos recuerdan que las fluctuaciones de la glucemia pueden provocar cambios en la graduación. Retinopatía diabética, cataratas, glaucoma, edema macular o desprendimiento de retina son algunas de las patologías que puede favorecer la diabetes.

de padecer diabetes”, alerta y recuerda que ya es una pandemia por su extensión a nivel mundial. Mientras la diabetes tipo 1 tiene un origen autoinmune y no se puede evitar, la tipo 2 —que representa el 90% de todos los casos— sí se puede atajar actuando sobre los factores de riesgo. La Fundación para la Diabetes dice que la clave es “un estilo de vida saludable basado en la dieta equilibrada y la práctica de algún tipo de actividad física”. El ejercicio es importante porque ayuda a gastar azúcares, de modo que quita trabajo al páncreas.

El lunes próximo es el Día Mundial contra la Diabetes. Con motivo de esa fecha, mañana sábado de 10:00 a 15:00 en la Plaza de la Constitución, la asociación Adima realizará pruebas de glucemia gratuitas para detectar casos que puedan ser desconocidos aún por los propios afectados.