



Diabetes y colesterol: un cóctel peligroso

LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES SON LA PRIMERA CAUSA DE MUERTE EN ESPAÑA Y LOS PACIENTES DIABÉTICOS TIENEN MAS PROBABILIDADES DE DESARROLLARLAS

La Federación de Diabéticos Españoles (FEDE), junto a otras asociaciones del país y la colaboración de la Fundación Española del Corazón (FEC) y MSD, lleva a cabo la campaña *En la diabetes tipo 2, no olvides tu colesterol y... viceversa*. A través de esta iniciativa se pretende concienciar a los pacientes con diabetes tipo 2 sobre la importancia del control de su enfermedad y de sus factores de riesgo cardiovascular, como el colesterol, para evitar graves consecuencias.

En este sentido, los problemas cardiovasculares constituyen la primera causa de muerte en España. A ello contribuyen factores de riesgo como el sedentarismo, los malos hábitos alimenticios, la obesidad, la hipertensión, la alteración de los niveles de colesterol y la diabetes. En relación a esta última, se estima que el 12% de la población española mayor de 18

años —en torno a 4,6 millones de personas— padece diabetes tipo 2.

Colesterol bajo y hábitos sanos

Según la OMS, más del 50% de los pacientes con diabetes fallecen de enfermedades cardiovasculares. Para evitar un desenlace fatal, es crucial que el enfermo, además de controlar sus niveles de glucosa, tenga los relativos al colesterol incluso más bajos que los de la población no diabética.

Para ello, lo más indicado es "modificar el estilo de vida, dejando de fumar, controlando la cantidad de sal y grasa en las comidas y realizando ejercicio de forma regular; y, al mismo tiempo, complementando estos hábitos con un adecuado tratamiento farmacológico", explica el doctor Vicente Bertomeu Martínez, jefe del Servicio de Cardiología del Hospital Universitario San Juan de Alicante y presidente de la Sociedad Española de Cardiología (SEC).

Los niveles altos de colesterol merecen una especial atención en los pacientes diabéticos porque presentan la tríada lipídica alterada. Ello significa que tienen el colesterol LDL elevado, los niveles de colesterol HDL más bajos de lo deseable y los de triglicéridos superiores a los recomendados. A este respecto, el doctor Bartomeu comenta que "además de seguir hábitos de vida saludables, en un grupo elevado de pacientes también es necesario el uso de tratamientos farmacológicos. La primera opción son las estatinas para reducir las concentraciones altas de colesterol malo o LDL. Pero a veces es necesario combinarlas con otros fármacos, caso de la ezetimiba, el ácido nicotínico, las resinas y los fibratos".

Control de la diabetes

La diabetes tipo 2 es una enfermedad que, además de incrementar el riesgo de padecer

patologías cardiovasculares, puede ocasionar también lesiones en los ojos, nefropatía, neuropatía, vasculopatía periférica y el denominado pie diabético.

Con el fin de prevenirlas, es de vital importancia alcanzar un tratamiento completo y un control adecuado. "Los principales defectos de la diabetes tipo 2 son el déficit de producción de insulina de las células beta del páncreas, la resistencia a la insulina y el aumento de la producción hepática de la glucosa.

Para atajarlos, existen tratamientos combinados que tienen como objetivo concentrar su acción en estos tres defectos para obtener como resultado el abordaje completo del control metabólico de la diabetes", detalla el doctor Antonio Picó Alfonso, jefe del Servicio de Endocrinología del Hospital General de Alicante.