

ANADI calcula que más de 20.000 navarros padecen diabetes tipo 2 sin saberlo

EFE. PAMPLONA _
Actualizada 26/02/2012 a las 18:50



Marcha solidaria con motivo del Día Mundial de la Diabetes. DN.ES

La Asociación Navarra de Diabetes (ANADI) calcula que en la Comunidad Foral hay más de 20.000 personas que sufren diabetes tipo 2 y sin embargo no están diagnosticadas.

Según los datos del **"Atlas de desaparecidos"** de la entidad, en Navarra hay cerca de 62.700 personas que padecen esta enfermedad pero de ellas 20.891 no lo saben.

Estas cifras, indica ANADI en un comunicado, se desprenden de los datos que maneja el Estudio Di@betes, de CIBERDEM, según el cual un 12 % de la población mayor de 18 años tiene diabetes tipo 2 y un 4 % no la tiene diagnosticada.

Así, con 636.924 habitantes en Navarra, de los que 522.278 tienen más de 18 años, la cifra de afectados por la diabetes tipo 2 se sitúa según ANADI en 62.673 personas y de estas 20.891 lo desconocen.

Un colectivo que puede **conocer que padece la enfermedad cuando la situación es ya "irreparable"** y acarreará un "gran costo sanitario" salvo que se prevenga y al respecto la asociación subraya que la obesidad, el sedentarismo y la genética son factores determinantes para desarrollarla.

Por eso su consejo es realizar de tres a cinco sesiones semanales de más de 30 minutos cada una de actividad física y seguir una alimentación variada y equilibrada con cinco o seis comidas diarias en las que los hidratos de carbono representen el 60 %, las proteínas el 25 % y las grasas un 15 %.