

Especialistas y médicos comparten los nuevos avances sobre la diabetes

Caminar regularmente durante al menos 30 minutos al día reduce el riesgo de diabetes tipo 2 en un 35-40%

Salud | 17/04/2012 - 08:42h

Madrid (Redacción).- La primera edición de las jornadas "Construyendo puentes contra la diabetes" ha reunido este fin de semana en IFEMA a 500 médicos entre especialistas en esta patología y médicos de Atención Primaria quienes, durante dos días, han debatido y compartido experiencias sobre el presente y futuro de la diabetes.

La Alianza **Boehringer Ingelhem** y **Lilly** en **diabetes** ha promovido este punto de encuentro cuyo objetivo último es mejorar el cuidado y la atención de los pacientes que conviven con esta enfermedad.

Según los últimos datos de la **Federación Internacional de Diabetes** (IDF, en sus siglas en inglés), en el mundo hay más de 366 millones de personas con esta enfermedad, que se está convirtiendo en una epidemia mundial relacionada con el rápido aumento del sobrepeso, la obesidad y la inactividad física.

La IDF también apunta que esta cifra aumentará hasta los 522 millones en 2030 si no se toman medidas urgentes para frenar la enfermedad, lo que supone la aparición de tres nuevos casos cada diez segundos.

Si nos centramos en España, casi tres millones de personas tienen diabetes tipo 2 diagnosticada, el tipo más común de diabetes, que supone al menos el 90% de los casos¹.

Sobre la situación de la diabetes en nuestro país ha hablado la Dra. Sonia Gaztambide, presidenta de la Sociedad Española de Diabetes (SED), quien alerta que "actualmente, aproximadamente 1 persona de cada 4 con edad mayor o igual a 18 años tiene diabetes o algún tipo de trastorno con riesgo de derivar en diabetes".

"La diabetes –continúa la doctora- conlleva un riesgo vascular a largo plazo y genera complicaciones en la visión y en la función renal, y puede producir coronariopatía o arteriopatía periférica, entre otras. Debe considerarse una enfermedad importante ya que tiene repercusión a nivel personal, familiar, social y económico".

Prevención y comunicación entre médico y paciente

La primera jornada del encuentro ha incidido especialmente en el papel que juega la prevención. Y es que treinta minutos de actividad física de intensidad moderada casi todos los días y una dieta saludable pueden reducir drásticamente el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

Caminar regularmente durante al menos 30 minutos al día, por ejemplo, ha demostrado reducir el riesgo de diabetes tipo 2 en un 35-40%. "Esta prevención queda, en ocasiones, fuera del ámbito estrictamente sanitario: los medios de comunicación, las empresas de alimentación, los colegios, etc. pueden contribuir a dar este mensaje", señala la Dra. Gaztambide.

A la prevención también se refirió el Dr. Javier Salvador, Director del Departamento de Endocrinología y Nutrición de la Clínica Universidad de Navarra y Presidente de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), quien abordó en su intervención los principales retos en el cuidado del paciente con diabetes que, a su parecer se clasifican en tres aspectos: "prevención, pues es imprescindible actuar sobre los factores causales relacionados entre los que destaca la obesidad y el sedentarismo; diagnóstico precoz, lo que permite proceder cuanto antes para evitar el deterioro de la célula beta y las complicaciones de la diabetes; y optimización del tratamiento, donde la individualización y el abordaje global adquieren una relevancia clave".

El papel que juega la comunicación en la relación entre médico y paciente ha sido otro de los temas, en una ponencia ofrecida por el periodista Manuel Campo Vidal.

"La comunicación bilateral es esencial para permitir que el paciente conozca las bases de su tratamiento y asuma protagonismo en el control de su diabetes y otros factores de riesgo cardiovascular que acompañan esta patología", observa el Dr. Salvador.

Nuevos tratamientos y complicaciones de la diabetes

Los nuevos tratamientos disponibles en el mercado para la diabetes tipo 2 han centrado las ponencias de la segunda jornada. Así, se ha hablado de los inhibidores DPP-4, una nueva generación de fármacos para la diabetes que posee un perfil de seguridad favorable y tienen un efecto neutro sobre el peso con un bajo riesgo de hipoglucemia o de interacciones farmacológicas.

Es el caso de linagliptina, disponible en nuestro país desde el pasado mes de enero, que "posee un perfil de eficacia y seguridad especialmente interesante para pacientes con diabetes tipo 2, dado que se excreta principalmente por vía biliar e intestinal, en contraste con la eliminación renal de otros fármacos de la misma familia", subraya el Dr. Javier Salvador.

"Esta característica –continúa- permite el uso de linagliptina en pacientes con cualquier tipo de alteración en la función renal o hepática sin necesidad de modificar la dosis de administración".

En el capítulo de las complicaciones de la diabetes, el Dr. Julio Rosenstock, director del Centro de Endocrinología y Diabetes de Dallas y profesor de la Universidad de Texas, ha hablado de la relación entre esta patología y enfermedad cardiovascular.

La diabetes afecta al corazón y a los vasos sanguíneos y puede causar complicaciones graves como enfermedad cardíaca coronaria (que puede derivar en infarto de miocardio) y accidente cerebrovascular.

De hecho, las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en personas con diabetes¹.

Sin embargo, el Dr. Rosenstock señaló que "en general, los pacientes con diabetes tipo 2 no son conscientes del riesgo cardiovascular que conlleva la hiperglucemia. No son conscientes de que una de las complicaciones más serias es el infarto de miocardio. Y tampoco son conscientes de que su riesgo es 2 ó 3 veces mayor que el de la población general".

En palabras de la Dra. Sonia Gaztambide, "un control inadecuado de la diabetes facilita la aparición de estas complicaciones". Para detener esta tendencia, la presidenta de SED recomienda "mantener un estilo de vida saludable y una buena adherencia al tratamiento. La educación del paciente es primordial para conseguir su colaboración en el autocuidado de la patología, aunque en ocasiones es difícil convencerle de la importancia del control, pues es una enfermedad que no duele salvo que ya presente alguna complicación".