

Núria Sucunza: 'Cicatrizan peor en las piernas muchos fumadores que los diabéticos'

12.01.2014 | 06:30

La doctora Sucunza (Pamplona, 1975) en su consulta. S. Sansó



S. Sansó Manacor „Hablemos de la diabetes, ¿Qué falsos mitos son los más comunes?

„Los más frecuentes son, por ejemplo, que se puede curar o que la insulina provoca ceguera.

„Y ni una ni la otra...

„ No. Ni la insulina te puede dejar ciego ni la diabetes se cura. Es una enfermedad crónica que es cierto que se puede controlar, y de hecho el objetivo es ese, que no cree problemas, porque la causa de la diabetes aún no se sabe.

„¿Se hereda?

„ Hay un componente genético importante en la de tipo dos sobre todo. Hay que decir que por diabetes se conoce a tres enfermedades caracterizadas por la subida de azúcar en sangre. La hay de tipo uno o infantil, que es cuando el páncreas falla; la de tipo dos, o del adulto, que a parte del componente genético también hay uno ambiental, por obesidad y vida sedentaria; y finalmente la diabetes del embarazo, que esa sí que suele desaparecer tras él.

„¿Cuánta gente la padece?„ Según el último estudio de la IDF, la federación internacional, más de un 8% de la población mundial, es decir, unos 370 millones de habitantes; en 2030 serán casi el 10% porque la población habrá envejecido. Aquí no tenemos un registro para saberlo con exactitud. Hay muchos enfermos, sobre todo del tipo dos, que no están diagnosticados porque simplemente no lo saben.

„¿En que zonas hay más casos?

„ En países pobres.

„¿Más en hombres o mujeres?

„Afecta a ambos sexos por igual.

„Si la diabetes de tipo dos es la más frecuente pero no suele dar síntomas, ¿Cómo sé si la padezco?

„Con un simple examen de sangre es suficiente. Si tiene más de 126 de azúcar en sangre venosa es que tiene, por lo menos, lo que llamamos prediabetes.

„Una persona que esté delgada, haga ejercicio y coma sano, ¿puede ser diabética?

„Por supuesto. Del tipo uno en este caso. Se suele dar en personas jóvenes que están delgadas y se produce porque el páncreas deja de fabricar insulina.

„¿Y en que consiste la de las embarazadas?

„Es cuando las hormonas del embarazo bloquean el trabajo que hace la insulina, y aumenta el azúcar en sangre que puede afectar al feto.

„¿Qué hay que hacer para reducir los síntomas de una de tipo dos?

„Controlar el peso y hacer ejercicio. Algunos pacientes notan una gran mejoría e incluso no toman ningún tipo de fármaco. Eso sí, tienen que realizarse controles periódicos. Como le decía el objetivo es que el paciente se encuentre bien, sea con insulina, fármacos o dieta.

„¿Cuántas veces hay que inyectarse insulina al día?

„Entre una y cuatro veces, normalmente. Antes de comer. El sistema para hacerlo es algo que ha evolucionado mucho desde aquellas inyecciones no desechables en que tenías que cocer la aguja cada vez. Ahora hay de muchos modelos y son desechables. También existen unas pequeñas bombas de insulina que mediante un catéter van administrando insulina subcutáneamente, según lo que hayamos programado que hace falta.

„¿Nada de dulces?

„Los diabéticos deben evitar las grasas, los helados, el chocolate..., pero pueden comer perfectamente alimentos que llamamos de azúcares lentos como arroces o macarrones, con hidratos de carbono. De fruta se pueden comer tres raciones al día.

„¿Qué síntomas provoca una subida de azúcar?

„Mareos, boca seca, ganas de orinar, mal aliento... pérdida de peso en la diabetes de tipo uno... En personas de edad avanzada va provocando que las arterias cada vez sean más estrechas y lleguen a taponarse, sobre todo en los pies, la circulación distal; por eso es importante controlar las heridas o rozaduras porque son más difíciles de curar.

„¿Cicatrizan peor?

„Tampoco hay que exagerar. Por ejemplo, cicatrizan peor muchos fumadores en las piernas que no los diabéticos.

„¿Se puede morir de diabetes?

„Lo que hace es crear complicaciones a largo plazo que pueden llevar a fallos en los órganos. La diabetes es la primera causa de ceguera en el mundo.

„Pero la gente no parece tenerle miedo...

„Ese es uno de los problemas. Probablemente mucha gente haya vivido diez años con ella y no se haya dado cuenta, o dicen que solo es un poco de azúcar... Algunos pacientes incluso no quieren pasar controles durante la matanza, Navidad o Sant Antoni.