

Diabetes y cardiopatías

La prevención, el mejor aliado del paciente para minimizar riesgos

- **El 30% de los pacientes que llega a la consulta del cardiólogo padece diabetes**
- **Es muy importante involucrar al núcleo familiar en los cuidados y tratamientos del paciente**
- **Tomar conciencia de la diabetes, hacer ejercicio y seguir una dieta sana, los mejores consejos para reducir riesgos**

Madrid, 29 de junio de 2019.- La diabetes es, según la definición de la Asociación Americana para la Diabetes (ADA) una enfermedad cardiovascular, por lo que es frecuente que estos pacientes experimenten algún tipo de cardiopatía. Así, al menos un 30% de las personas que llega a la consulta del cardiólogo tiene diabetes, según informa el Dr. José Luis Palma, vicepresidente de la Fundación Española del Corazón (FEC).

Por este motivo, para mantener a raya a la diabetes y evitar que surjan complicaciones, la Fundación para la Diabetes apuesta por la modificación de estilos de vida, una alimentación adecuada, la realización de ejercicio físico controlado y la adherencia al tratamiento para tener una buena calidad de vida. En este sentido, Ana Mateo, gerente de la Fundación para la Diabetes comenta *“desde la Fundación trabajamos para inculcar hábitos de vida saludables como puede ser una correcta alimentación o el impulso de la actividad física con el fin de que, tanto las personas que viven con diabetes como las que pueden ser susceptibles de desarrollarla, mantengan a raya sus niveles de glucosa en sangre. De esta manera, intentamos ayudar a evitar otras complicaciones como pueden ser las cardiopatías”*.

Asimismo, el portavoz de la FEC aconseja a las personas con diabetes que sufren alguna cardiopatía *“llevar una vida normal, hacer ejercicio adaptado a la edad, caminar diariamente entre 40 y 45 minutos y llevar una dieta adecuada. Hoy en día se es un poco más permisivo con la alimentación, ya que se puede compensar con medidas farmacológicas y no farmacológicas si fuera necesario”*.

El experto de la FEC incide en la importancia que tiene la prevención para estas personas: *“tanto la persona con diabetes como la que tiene prediabetes debe tomar medidas de prevención primarias y poner en orden los factores de riesgo”* y recuerda también que las personas con diabetes tienen asociadas otras patologías como colesterol elevado, hipertensión y adiposidad visceral, *“por lo que para ellas es más importante, si cabe, la prevención secundaria”*.

“Las personas tienen que tomar conciencia de su diabetes y seguir los consejos de su médico de familia, que es el encargado de coordinar y regular su tratamiento en coordinación con otros especialistas como el cardiólogo, el nefrólogo y el endocrinólogo”, asegura el Dr. Palma.

El apoyo de familia y asociaciones, fundamental

Dada la importancia que cobra la prevención, los expertos inciden en que ésta debe tratarse también desde el punto de vista socio familiar. Tanto para el vicepresidente de la FEC como para la Fundación para la Diabetes, todo el núcleo familiar debe participar en las cuidados y tratamientos de la persona con diabetes ya que “*evolucionará mejor si vive amparado por la familia. Además, ellos saben bien cómo actuar ante una crisis hipoglucémica*”.

Acerca de la Fundación para la Diabetes

La Fundación para la Diabetes es una entidad que apuesta por un estilo de vida saludable y pone a disposición de la población las herramientas necesarias para prevenir la diabetes y sus complicaciones asociadas, así como para llevar un buen control de la diabetes. Actúa enérgicamente para crear una conciencia social y un amplio conocimiento de la diabetes y trabaja por la integración de las personas con diabetes en todos los ámbitos de la vida.

La web de la Fundación para la Diabetes cuenta con un canal de prensa dirigido a periodistas interesados, donde podrán encontrar información y un completo archivo de recursos gráficos relacionados con la enfermedad.

Acerca de la SEC y de la FEC

La Sociedad Española de Cardiología (SEC) y la Fundación Española del Corazón (FEC) constituyen una organización cuyo impulso vital es velar por la salud cardiovascular de la población a través de la excelencia clínica e investigadora, así como educativa y divulgativa. Ambas entidades se han convertido en el referente en castellano de la lucha contra la enfermedad cardiovascular, primera causa de muerte en nuestro país.

La SEC cuenta con más de 4.000 socios, entre cardiólogos y profesionales relacionados con las enfermedades cardiovasculares, españoles procedentes del ámbito europeo, latinoamericano e internacional. La SEC tiene entre sus objetivos principales contribuir a la mejora de la calidad asistencial, promover la formación e investigación cardiovascular, fomentar la prevención y salud cardiovascular, además de crear vínculos nacionales e internacionales con las sociedades homólogas, y representar a todos los profesionales interesados en el área de la cardiología.

La FEC cuenta con más de 10.000 socios, entre los que se incluyen los cardiólogos de la SEC, profesionales de enfermería en cardiología, asociaciones de pacientes, entidades privadas y socios particulares.

Contacto de prensa: Torres y Carrera.

Marta Carrillo/ Bárbara Navarro

Tel. 687 34 34 38 / 629 27 90 54

mcarrillo@torresycarrera.com / bnavarro@torresycarrera.com