



ITSASO ÁLVAREZ RIBAÑO

Lo que no sabemos acerca de la diabetes es más de lo que conocemos. Es la conclusión que se extrae del estudio sociológico sobre el conocimiento de una enfermedad que afecta a uno de cada diez españoles elaborado por la Sociedad Española de Diabetes (SED) y la farmacéutica Lilly. Ambas entidades creen que convendría cambiar de inmediato esta situación. La Organización Mundial de la Salud prevé un repunte de la afección para 2030 y hay que estar preparados.

Los primeros que entonan un 'mea culpa' son los médicos. «Nos hemos centrado demasiado en lograr la autosuficiencia de los afectados. Eso está bien, pero hemos dejado algo de lado la prevención», señala Sonia Gaztambide, jefa del Servicio de Endocrinología del hospital bilbaíno de Cruces. A su juicio, el desconocimiento sobre los factores de riesgo «implica una falta de concienciación en la población general e impide que se tomen

las medidas necesarias para un diagnóstico temprano, lo que aumenta el riesgo de que aparezcan otras dolencias». Hora, pues, de ganar tiempo.

**Qué es.** Padecer de diabetes no es solo tener las cifras de azúcar en la sangre altas. Es el conjunto de complicaciones a las que estos índices elevados conducen.

**Tipos.** Hay dos clases de diabetes, algo que desconocen el 77% de los encuestados para el estudio socio-lógico mencionado. En la 'tipo 1', el

organismo elabora poca o ninguna insulina, y las personas que la padecen deben inyectarse insulina para vivir. La más habitual, la que nueve de cada diez afectados sufre, es la 'tipo 2': el organismo es capaz de elaborar insulina, pero no la utiliza bien. En este caso, no es necesario inyectarse insulina.

**Más medicamentos.** No todo es manejar la jeringuilla. Hay tratamientos orales. Sólo un 7% de los encuestados los menciona.

**Órganos afectados.** Establecen una

relación entre diabetes y daño al corazón el 13%, cuando las complicaciones cardíacas son la primera causa de muerte. Tampoco se sabe que un mal control de la enfermedad acarrea la amputación de las extremidades inferiores. Por el contrario, es 'vox populi' que ataca a la vista y los riñones.

**Obesidad y sedentarismo.** Siete de cada diez consultados ignoran que son factores de riesgo en la aparición de la enfermedad, hasta el punto de que ya se está acuñando un

nuevo término: la 'diabesidad'.

**Otros.** El colesterol, la dieta y la hipertensión son otros riesgos que no hay que menospreciar.

**La sed, el cansancio y la emisión frecuente de orina.** Cerca del 80% desoyen que tener con frecuencia sed y cansancio pueden ser signo de diabetes. Solo uno de cada cien asocia con la enfermedad la emisión frecuente de orina, cuando es un síntoma claro. Nombrarían antes los desmayos y los mareos, a la postre más escandalosos pero no necesariamente delatador.

**Alimentación.** Un diabético no debe abusar de dulces y alcohol. Ya, y tampoco de embutidos, pan, fruta, carne y leche. «Hay que tomar de todo, pero hay que saber cuánto se come de ese de todo».

**LIMITACIONES LABORALES.** Solo el 15% menciona las limitaciones reales que tiene un diabético: la conducción de máquinas y los trabajos de riesgo. «Se confunden» los que creen que los enfermos necesitan más descansos para comer.

**E-mail:** [l.alvarez@diario-elcorreo.com](mailto:l.alvarez@diario-elcorreo.com)

# Lo que no sabemos sobre la diabetes

La OMS prevé un repunte de la enfermedad, que conlleva un grave riesgo de infarto