



Barcelona Salud

# La aparición de la diabetes tipo 2 se puede predecir años antes

*Esta enfermedad crece en la población infantil, además de por causa genética, por factores vinculados a una alimentación inadecuada y a la falta de ejercicio*

I. S.

La proteína hepática Fetuina A permite conocer con varios años de antelación si existe riesgo de desarrollar diabetes de tipo 2 (la más frecuente y que no precisa insulina diaria). Los primeros estudios para esta predicción se realizaron hace tres años en la Universidad de California (EE. UU.) con excelentes resultados. Los investigadores valoraron que quienes presentaban los niveles

## La diabetes, la obesidad y las enfermedades cardiovasculares forman el "trío de epidemia" actuales

más altos de esta proteína tenían el doble de probabilidad de desarrollar la enfermedad en los seis años siguientes que aquellos con niveles más bajos. La Fetuina A está presente en el metabolismo de la glucosa y en el calcio, y hace al cuerpo menos sensible a la insulina. "Esta predicción también puede realizarse mediante unas pruebas relativamente sencillas como son el control de la presión arterial, el cálculo de la masa corporal, la medición de los niveles de glucosa y triglicéridos, y otras", confirma Anna Novials, endocrinóloga y directora del *Laboratori de Diabetis i Obesitat* de IDIBAPS.

## La diabetes tipo 2 representa más del 90% del total

La diabetes tipo 2 es una enfermedad más frecuente en edades avanzadas, en especial cuando existen antecedentes familiares y en personas con sobrepeso y obesidad. Por encima de los 65 años la prevalencia es de hasta un 25 por ciento de la población. En Cataluña son diabéticos entre un 5 y un 7 por ciento de los habitantes. Pese a que tradicionalmente la diabetes tipo 2 se ha asociado a edades maduras, en los últimos diez años se ha detectado un

importante incremento de la población infantil "en la que es más difícil reconocer con claridad los síntomas, ya que no son tan evidentes como en los afectados por diabetes tipo 1 (insulina dependientes), que se detecta en pocos días porque se evidencia un claro estado de enfermedad", explica Novials. Los expertos justifican este crecimiento de diabetes tipo 2 en la población infantil, además de por causas genéticas, por factores vinculados a una alimentación excesivamente calórica, a factores medioambientales, así como por la excesiva prontitud en que se introduce la proteína de la leche de vaca en la dieta infantil. "También influye de forma significativa -afirma Ana Novials- la falta de ejercicio físico adecuado". El diagnóstico temprano tanto de la diabetes tipo 1 como de la 2 es fundamental para evitar com-

plicaciones que puedan llegar a condicionar la vida. Síntomas como pérdidas de peso injustificadas, sed intensa, cansancio y debilitamiento muscular, ganas

## El diagnóstico temprano es fundamental para evitar complicaciones que pueden acondicionar la vida

frecuentes de orinar, indican que un niño puede padecer diabetes tipo 1, por lo que los padres deben estar atentos ante la coincidencia de estos síntomas. En caso contrario el menor presentaría claras evidencias de enfermedad que requerirían ingreso hospitalario. La diabetes tipo 1 es la más grave ya que sucede cuando no se produce insulina por la destrucción

de las células beta del páncreas por un ataque del propio organismo. Precisa tratamiento diario con insulina. Por el contrario la diabetes tipo 2 es una enfermedad más "silenciosa" ya que sus

el "trío de epidemias" ligadas al actual estilo de vida occidental, con hábitos alimentarios erróneos, estrés y falta de ejercicio. Pero el principal pilar en el control de la enfermedad es la educación

## Diabetes tipo 1 vs. tipo 2: ¿Cuál es la diferencia?

### Diabetes tipo 1

- Sensación de cansancio, agotamiento
- Micción abundante
- Mucha sed
- Mucha hambre
- Pérdida importante de peso
- Visión borrosa

### Diabetes tipo 2

- Los síntomas de la diabetes tipo 2 pueden ocasionalmente ser los mismos que los de la diabetes tipo 1, añadiendo:
- Infecciones en la piel
  - Vaginitis, balanitis
  - Infecciones urinarias

síntomas no son tan evidentes. Tan sólo se detectan de forma clara cuando el páncreas "fracasa" en su labor como consecuencia de la interacción que provoca la grasa en el estómago contra la insulina. De hecho muchos diabéticos desconocen que lo son. La diabetes tipo 2 representa algo más del 90 por ciento del total de diabéticos diagnosticados en Cataluña.

Para el tratamiento de este tipo de diabetes existen medicamentos biguanidas (antidiabéticos orales) como la metformina que se utilizan cuando la dieta y el ejercicio físico por sí solos no son suficientes para conseguir niveles de azúcar en sangre normales. La insulina es una hormona que permite a los tejidos captar glucosa (azúcar) de la sangre para utilizarla como energía o para guardarla para su uso futuro. Los diabéticos tipo 2 no sintetizan suficiente insulina en el páncreas o su organismo no responde adecuadamente a la que producen, lo que provoca un incremento de glucosa en sangre. Los principios activos como la metformina mejoran la sensibilidad del organismo a la insulina, lo que ayuda a restaurar la manera en que el organismo utiliza la glucosa. Este fármaco, que surgió en la década de los 90, se ha convertido en casi obligatorio en aquellos pacientes que lo toleran.

La diabetes, en todos sus tipos, junto a las enfermedades cardiovasculares y la obesidad, forman

en los menores. Deben entender la necesidad de seguir unas normas en su estilo de vida, especialmente en la adolescencia, la etapa más crítica, cuando se revelan ante cualquier tipo de control. Pero

## Esta enfermedad afecta en Cataluña a entre un 5% y un 7% de la población

esa educación debe alcanzar a los padres, para asumir el tratamiento de los hijos y facilitar las pautas de seguimiento de la enfermedad, pese a los inconvenientes que en ocasiones pueden producir. En este sentido Montserrat Soley, presidenta de la Asociación de Diabéticos de Cataluña, afirma que "muchos enfermos con diabetes tipo 2 no son conscientes de la importancia de la enfermedad. Entre un 60 y un 70 por ciento no llevan un buen autocontrol, por lo que es importante redoblar esfuerzos en la educación de los niños y también de los adultos". La tecnología para los que padecen esta enfermedad crónica no sólo está en las técnicas diagnósticas y de tratamiento más avanzadas, sino en la confección textil, ya que desde hace años existen en el mercado prendas diseñadas para diabéticos con fibras de última generación, que suponen un paso importante para el objetivo médico recomendado para este colectivo.

## Diabetes

