



TEMA DEL DÍA

Salud

ANTE LA CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE LA ENFERMEDAD

La diabetes se dispara y afecta ya a casi cien mil cordobeses

El 12% de la población sufre esta enfermedad, que está muy asociada al sobrepeso y a la obesidad

La sanidad pública contempla el control del pie diabético y de la retinopatía, pero faltan endocrinos

M.J. RAYA
local@cordoba.elperiodico.com
CORDOBA

La diabetes mellitus, enfermedad crónica que se caracteriza por la hiperglucemia (azúcar alta), es junto a la obesidad una de las llamadas epidemias sanitarias del siglo XXI, debido a que el número de enfermos está en crecimiento continuo y a que representa un 25% de la población hospitalizada.

La prevalencia de esta enfermedad en la provincia es del 12%, similar a la media andaluza, lo que supone que cerca de 100.000 cordobeses, concretamente unas 94.000 personas, padece esta enfermedad. El especialista en endocrinología y nutrición del hospital Reina Sofía Rafael Palomares apunta que incluso el número de diabéticos cordobeses puede ser superior, ya que, por cada 4 o 5 personas con diabetes conocida, puede existir otra que sufra esta dolencia sin saberlo.

De los aproximadamente 94.000 cordobeses con la enfermedad, entre el 90% (más de 84.000 cordobeses) y el 95% (más de 89.000) padece la tipo 2, patología ligada sobre todo a la obesidad y sobrepeso, y el 10% (unos 9.400 cordobeses) o 5% (4.700) restante tiene la tipo 1, que es la diabetes de origen autoinmune y que se trata con insulina desde el inicio de la enfermedad.

EMBARAZO // Además existe también la diabetes gestacional, que se detecta en un 5% de embarazos y supone un factor de riesgo para el desarrollo futuro de diabetes mellitus tipo 2. El doctor Palomares señala que el incremento de los casos de este tipo de diabetes (la tipo 2) se debe fundamentalmente a que es una enfermedad íntimamente ligada a la obesidad y al sobrepeso, que afecta al 30% y 40% respectivamente de la población cordobesa. Además, también está muy asociada a la mayor esperanza de vida, ya que un 30% de los cordobeses de más de 60 años la

LA DIABETES EN CÓRDOBA

La diabetes mellitus es una enfermedad metabólica de carácter crónico, caracterizada por la hiperglucemia (azúcar alta).

TIPO 1

Es de origen autoinmune y la causa la destrucción de las células beta pancreáticas (que segregan la insulina), por eso se trata con insulina.

Síntomas

- PÉRDIDA DE PESO
- HAMBRE Y SED
- FATIGA
- ADORMECIMIENTO DE PIES Y MANOS

Tratamiento

- INYECCIONES DE INSULINA
- RÉGIMEN ALIMENTICIO
- EJERCICIO FÍSICO

TIPO 2

Se caracteriza por la resistencia a la insulina y un 80% de los que la padecen son obesos.

Complicaciones

- CEGUERA
- INFARTO
- FALLO RENAL
- AMPUTACIONES NO TRAUMÁTICAS DE EXTREMIDADES

La diabetes afecta a un

12%

DE LA POBLACIÓN CORDOBESA, LO QUE SUPONE QUE HAY UNOS 94.000 AFECTADOS



DIABETES INFANTIL

- La incidencia actual en Córdoba es de **22,5 casos por cada 100.000 habitantes**
- La diabetes afecta a un 47% de niños y a un 53% de niñas.
- La franja de edad con más diagnósticos es entre los 5 y 8 años

Fuente: Hospital Reina Sofía

GRÁFICO: RAMÓN AZAÑÓN

EL APUNTE

MARÍA JOSÉ RAYA



Problema de peso

Uno de cada 8 cordobeses es diabético, la mayoría debido al sobrepeso. El exceso de kilos, desde la infancia, está suponiendo un grave problema de salud pública que, si no se ataja, supondrá que muchos niños serán diabéticos en el futuro. Y la diabetes, además de ser una enfermedad para toda la vida, está rodeada de otras complicaciones de salud que no se deben menospreciar. Por eso, el esfuerzo de administraciones sanitarias y educativas, padres, industrias alimentarias y de restauración debe ir encaminado a que niños y jóvenes coman sano y hagan deporte, a luchar contra la obesidad, enfermedad de la que se derivan otras patologías, como la diabetes.

EL PEDIATRA JOAQUÍN GÓMEZ VÁZQUEZ ESTUDIA ESTE INCREMENTO

La cifra de menores diabéticos se triplica en los últimos 10 años

M.J.R.
CORDOBA

En los últimos diez años se ha triplicado en Córdoba la cifra de niños menores de 14 años a los que se les ha diagnosticado diabetes tipo 1, la que se trata con insulina. Los motivos de este incremento se desconocen, pero están siendo estudiados por el Grupo de Diabetes Infantil de Andalucía (GADI).

Joaquín Gómez Vázquez, pediatra especializado en diabetes del hospital Reina Sofía y miembro del GADI, apunta ante la celebración del Día Mundial de la Enfermedad el 14 de noviembre, que la incidencia

de diabetes infantil en la provincia cordobesa en el año 2000 era de 7,4 casos por cada 100.000 habitantes, mientras que en el 2006 ya se dobló al situarse en 14,48 enfermos por la misma proporción de población, y en el 2009 se ha multiplicado por tres, al detectarse 22,5 casos por cada 100.000 habitantes (23,82 en Andalucía), un porcentaje muy por encima de la media mundial.

MÁS AFECTADOS // Este pediatra destaca que estas cifras hacen solo referencia a los pacientes que son atendidos en los hospitales de la sanidad pública cor-

dobesa, por lo que el número de enfermos es mayor.

El Reina Sofía controla en la actualidad a unos 144 niños diabéticos (todos tipo 1 menos uno de diabetes de la obesidad). Antes eran unos 300 menores porque la consulta pediátrica abarcaba hasta los 18 años.

Por otro lado, el número de casos nuevos está creciendo, pues de los 25 detectados en el 2007 se pasó a 32 en el 2008 y en el 2009 fueron 34. El paciente más pequeño al que se le ha detectado en el Reina Sofía diabetes tipo 1 tenía 6 meses y en la actualidad se estudia si sufre la enfermedad un bebé de 5 meses. ■

sufre, debido al exceso de peso ya mencionado y a otros motivos como la falta de ejercicio y dieta poco saludable, antecedentes familiares de la patología o de casos durante el embarazo, problemas de tensión, colesterol alto y la etnia (pues se da más entre los hispanos). Por eso, aunque esta enfermedad tiene un importante componente genético, adoptar una dieta sana y hacer ejercicio físico pueden contribuir a evitar la diabetes o a minimizar sus efectos si ya se padece.

La atención a estos pacientes por parte de la sanidad pública contempla también el control de la retinopatía diabética y del pie diabético. La retinopatía diabética, que afecta a la retina, es una de las principales complicaciones de la diabetes y el principal motivo de ceguera, de ahí la im-

Pasa a la página siguiente



▷1

DIETA SANA Y
EJERCICIO
FÍSICO SON
CLAVES

La prevención
de la diabetes
tipo 2 pasa por
seguir un estilo
de vida
saludable.



▷2

LA REVISIÓN
DEL FONDO
DE OJO ES
IMPORTANTE

Córdoba cuenta
con nueve
retinógrafos
para comprobar
el estado de la
retina.



▷3

LEMA DEL DÍA
MUNDIAL
DE LA
ENFERMEDAD

Este año se va a
trabajar bajo el
tema de
'Tomemos el
control de la
diabetes. ¡Ya!'.

Viene de la página anterior

portancia de detectarla de forma precoz. Rafael Palomares precisa que el porcentaje de diabéticos con retinopatía oscila entre el 25% y el 35% y se eleva hasta el 70% cuando han pasado 15 años de evolución de la enfermedad y si no se ha controlado bien. En la provincia hay ocho retinógrafos en los centros de salud y otro en el Reina Sofía, equipos que forman parte del programa de detección precoz de la retinopatía diabética, impulsado por la Consejería de Salud dentro del Plan Integral de Diabetes.

Por otro lado, el pie diabético afecta sobre todo a los diabéticos tipo 2, a entre un 8% y un 13% de los mismos. La Consejería de Salud implantó en el 2007 la atención podológica gratuita en los centros de salud. Los diabéticos con riesgo de complicaciones son derivados al podólogo a través de su médico de familia, con el objetivo de detectar lesiones en los pies.

Estos pacientes corren un mayor riesgo de sufrir lesiones nerviosas y problemas de riego sanguíneo en los pies, daño que puede derivar en úlceras y heridas y, a largo plazo, provocar la amputación. Palomares precisa que el 50% de las amputaciones no traumáticas se deben a la diabetes, aunque estas intervenciones han bajado en los últimos años gracias al mayor control de los enfermos.

Joaquín Gómez Vázquez es el único pediatra del Reina Sofía dedicado a la diabetes y su consulta está desbordada. También tienen una elevada demanda las consultas de endocrino del Hospital General, teniendo en cuenta la cifra tan alta de diabéticos que existe. Esta saturación se ve propiciada a su vez por la falta de endocrinos en los dos hospitales comarcales y tres chares de la provincia, aunque el nuevo Plan Integral de Diabetes (2009/2013) de la Junta contempla su incorporación. ≡

REPORTAJE

“¿Por qué me ha pasado a mí?”

Marina y José Ángel son dos hermanos diabéticos ≡ Sus padres lamentan que la sanidad pública no preste una atención más continua y especializada a los enfermos

M.J. RAYA
CÓRDOBA

Marina Gutiérrez Leo, de 14 años, y José Ángel, de 18, comparten algo más que ser hermanos. Los dos son diabéticos tipo 1 desde los 6 y los 14 años respectivamente. En su familia no había antecedentes de esta patología. Marina llevaba un año encontrándose mal y, tras muchas consultas y hacerse una analítica completa, la diabetes dio la cara.

“La ingresaron en el hospital Reina Sofía y me extrañaba que no se tomara mal que la pinchara tantas veces. Por aquella época había muerto una sobrina mía de cáncer y le había dicho a mi niña que esta familiar había fallecido por un virus y tras un día entero en el hospital mi pequeña me preguntó: ‘Mamá, ¿tengo un virus? ¿Me voy a morir?’”. Le expliqué como pude, pues tenía 6 años, que con la diabetes se puede vivir”, señala María Ángeles, madre de Marina y José Ángel.

“Al principio mi hija no tenía fuerza para pincharse la insulina y practicaba con los cojines. Ha llevado mejor que su hermano la enfermedad, pero cuando tenía doce años tuvo un momento de rebeldía, de preguntarse ‘¿por qué me pasado esto a mí?’”, apunta María Ángeles.

Los diabéticos tipo 1, como estos dos hermanos, que se tratan con insulina, tienen que estar controlados las 24 horas, pero en especial por la noche. “Mi marido y yo ponemos siempre el despertador a las 3 de la madrugada para controlar que to-



►► Apoyo familiar ► Marina y José Ángel, con sus padres.

► MARÍA ÁNGELES LEO

“Mi hija no tenía fuerza para pincharse y practicaba con cojines”

do está bien. Cada día es distinto, incluso comiendo lo mismo. Te dan el alta en el hospital con el diagnóstico de diabetes, te dan una pluma de insulina, que mi hija no sabía qué hacer con ella. Te entregan un libro, te dan una charla de una hora y te ves en tu casa sola, con un hijo con diabetes, y un montón de dudas que nadie te resuelve porque la sanidad pública no está

concienciada”, se queja esta mujer. “Los padres no controlamos la situación hasta que al menos pasan dos años desde que conocemos la enfermedad y porque nos preocupamos de aprender por nuestra cuenta, de ir a congresos a todas partes, ya que los profesionales del Reina Sofía están sobrecargados y te atienden muchas veces sin tener por qué hacerlo. Con la colaboración del pediatra Joaquín Gómez Vázquez, del Reina Sofía, se han celebrado conferencias, pero se necesitaría que las consultas fueran más frecuentes, al menos un gabinete con información nutricional

dos veces a la semana. Cada diabético tiene unas particularidades y las revisiones médicas son cada 3 meses en pediatría y una vez al año con el endocrino cuando los pacientes superan los 14 años. Luego por mi cuenta llevo a mis hijos a un oftalmólogo privado, ya que las retinografías ahora las supervisa un médico de familia y a mí me da más garantía que las estudie un especialista”, añade.

“A mi hija le estuve dando sopa y jamón de york para cenar durante tres meses hasta que me atreví a introducirle otros alimentos. No dormía para comprobar si la glucosa se le descontrolaba o no. Un día a mi hija se le puso la glucosa en 500 por los nervios de ir a la feria, me asusté muchísimo y, si no nos hubiésemos preparado por nuestra cuenta, no podríamos haber afrontado la situación”, resalta esta madre. María Ángeles atiende por teléfono de forma altruista muchas veces a padres de hijos diabéticos que están tan desinformados y desesperados como ella antes.

Convivencia

La madre de Marina y José Ángel siempre les ha dicho a sus hijos que “vivan con la diabetes, pero no para la enfermedad”, con el objetivo de que estudien, se diviertan, como cualquier otro joven de su edad. María Ángeles no pierde la esperanza de ver algún día que la diabetes se cura, pero, como es difícil, “al menos que se investigue para que mejore la calidad de vida de los pacientes”, afirma. ≡