



O.J.D.: 66540
E.G.M.: 384000
Tarifa (€): 510

La Voz de Garballo

Fecha: 18/11/2010
Sección: CARBALLO
Páginas: 1,2



PROTAGONISTA
Beatriz Cigarrán

Médico internista

«En enfermedades como
la diabetes, la prevención
es la clave»

» **L2**



ENTREVISTA | BEATRIZ CIGARRÁN VICENTE

ESPECIALISTA EN MEDICINA INTERNA NO HOSPITAL VIRXE DA XUNQUEIRA DE CEE

«Aquí habría que moderar la ‘cultura del pan y la patata’»

Cigarrán, especialista en medicina interna, ofreció ayer una charla sobre diabetes en el Virxe da Xunqueira

Patricia Blanco

CARBALLO/LA VOZ. Hace unos 5 años que Beatriz Cigarrán Vicente (Santiago, 1974) llegó al Hospital Virxe da Xunqueira de Cee. Su trabajo no es para ella solo una profesión, sino también cuestión de humanidad y desde el complejo, como otros compañeros, se esfuerza por concienciar a los pacientes. Con motivo del Día Mundial de la Diabetes [14 de noviembre], esta especialista en medicina interna (internista), ofreció ayer una charla. No era la primera vez, ni la última: la próxima podría ser en Fisterra.

—¿Qué le explica a la gente sobre esta enfermedad?

—La diabetes es una enfermedad que está afectando a la población más aún de lo esperado. Explico en qué consiste, los tipos o cómo puede saber una persona si es diabética [los niveles de glucosa superan los 126 mg/dl] o prediabética [entre 100 y 126]. Esta última es una fase que, si se coge a tiempo, se puede impedir el desarrollo de una diabetes franca.

—¿Con qué síntomas se manifiesta la diabetes?

—La diabetes de tipo 2, por ejemplo, no da lugar a ningún tipo de síntomas. Por eso se llama precisamente «el asesino silente». La de tipo 1, que se suele afectar a gente más joven, sí tiene síntomas: sed intensa, muchas ganas de orinar, apetito constante, cansancio y pérdida de peso. La mayor parte



Cigarrán opina que la concienciación aún tiene que crecer | J. M. TRILLO

de los diabéticos fallecen de enfermedades cardiovasculares y por eso tenemos que controlar tanto los factores de riesgo cardiovascular, como el colesterol, la presión arterial, el tabaco, el estrés... La prevención es la clave.

—¿Y cómo prevenir?

—Cuidando los hábitos de vida, con una dieta equilibrada, ejercicio físico y evitando el sobrepeso. Eso es lo básico y, después, si se diagnostica la enfermedad, seguir los consejos del especialista. Hay grupos con factores de riesgo: mayores de 45 años, personas con sobrepeso, sedentarias, con antecedentes de ese tipo... Deberían hacer analíticas más regularmente aún.

—¿Hay alguna peculiaridad en esta comarca?

—La estadística de prevalencia es similar, pero aquí ha-

bría que moderar la ‘cultura del pan y la patata’. Comerlos, pero con más medida.

—¿Qué es la hipoglucemia y cómo actuar?

—La persona con hipoglucemia tiene la glucosa baja. Es una situación de riesgo en la que el paciente puede incluso entrar en coma. En caso de sufrir un mareo, ha de tomar algo con azúcar: un caramelo, Coca-Cola...

—¿Cómo están progresando los tratamientos?

—A día de hoy hay antidiabéticos orales que funcionan muy bien y también inyectables que actúan sobre las llamadas incretinas o que simulan su acción. Existe el trasplante de células productoras de insulina, pero se necesitan más laboratorios y recursos. El futuro pasaría por el trasplante de célula madre diferenciada.