

CONSULTORIO

«La diabetes exige revisar la vista»

Ante una enfermedad que se ha convertido en una de las grandes epidemias del siglo XXI, los lectores plantean sus dudas sobre la diabetes tipo 2, a las que el jefe de Endocrinología del Hospital La Paz de Madrid, Luis Felipe Pallardo, ofrece respuestas.

Tengo diabetes tipo 2 desde hace unos años, ¿con qué frecuencia debo verificar el nivel de glucemia en casa?
JUSTO ÁLVAREZ, VALENCIA

Depende de circunstancias individuales del paciente, por término medio suele ser suficiente con un control cada dos o tres semanas. Debe abarcar de dos a cuatro determinaciones diarias (ayunas, antes y después de comida principal...). Los valores normales de glucemia en ayunas o antes suelen estar entre 70-120 mg./dl. y dos horas después de las comidas entre 120-170 mg./dl.

Por mi trabajo viajo mucho, ¿cómo cuido mi diabetes?

SORAYA MARTÍN, MADRID

Procurará observar lo mejor posible las recomendaciones dietéticas recibidas de su médico, tanto en cuanto a cantidad y calidad de alimentos, como a distribución horaria. Siendo un diabético tipo 1, deberá vigilar que exista un acoplamiento entre la administración de insulina y los momentos de las comidas. Y por último, no debe olvidar controlar de manera sistemática los niveles de glucemia.

Tengo 60 años, y me dijeron que tenía una diabetes tipo 2. A partir de ahora, ¿qué debo hacer ahora?

JULIA CÁCERES, ALMERÍA

Una vez establecido el diagnóstico de diabetes, dependiendo de la gravedad del trastorno, el médico establecerá la frecuencia de las visitas o controles sucesivos de la glucemia.

Con una diabetes 2, ¿con qué frecuencia debo ir al oftalmólogo?

SOLEDAD ALMENDROS, MADRID

Como norma general es recomendable la práctica anual rutinaria de un examen de fondo de ojo, desde el momento del diagnóstico. Independientemente, ante cualquier alteración o molestia visual, el paciente deberá recabar la pronta atención del especialista.

¿Debo revisarme, además de la glucemia, otros parámetros analíticos?

NATALIA GUZMÁN, GIJÓN

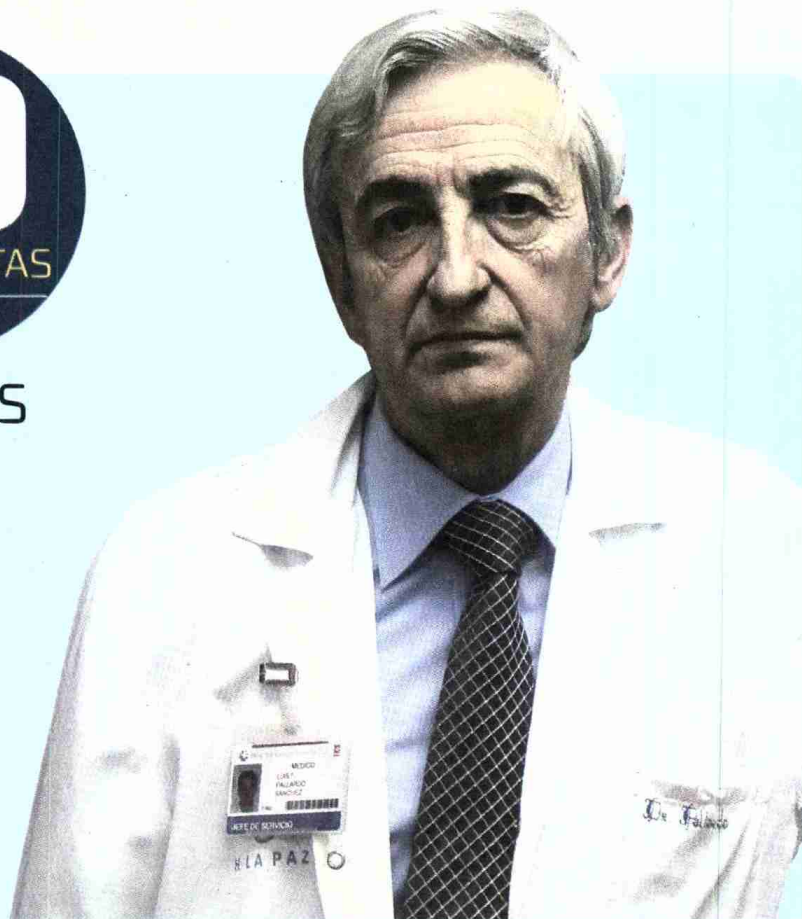
Obviamente sí. Es preciso valorar la hemoglobina glicada, que nos informa del «control global» de la diabetes, refe-



DIABETES TIPO 2

LUIS FELIPE PALLARDO

Jefe Servicio de Endocrinología y Nutrición, Hospital La Paz (Madrid)



rido a los dos o tres meses previos. También se comprobará la afectación renal (microalbuminuria en orina) y tratará de objetivar y corregir la eventual presencia de factores de riesgo cardiovascular: niveles de colesterol y triglicéridos en sangre, control de peso y tensión arterial.

¿Cómo debo tomar la medicación: antes o después de las comidas?

FRANCISCO QUESADA, MURCIA

Es indiferente, sin bien es recomendable al principio de las comidas.

¿Una diabetes tipo 2 puede convertirse en una tipo 1?

MARÍA GARCÍA, TOLEDO

Los mecanismos son diferentes, si bien presentan algunos puntos en común. Por lo que al tratamiento se refiere, la tipo 1 precisará del tratamiento insulínico, al tiempo que la 2, que un principio se controla sólo con dieta y/o comprimidos, puede luego necesitar de la administración de insulina.

¿Cómo puede interferir la medicación para la diabetes, con las de la

hipertensión y osteoporosis?

BEGOÑA BELTRÁN, MADRID

No tiene por qué existir interferencia alguna.

Mi abuela y mi madre tienen diabetes tipo 2. ¿Tendré yo también diabetes en el futuro?

JUAN LUIS BARRAGÁN, CUENCA

Forzosamente no, pero con antecedentes en las dos generaciones previas es lógico que usted tenga un cierto riesgo.

¿Cómo puedo saber si mi hijo pequeño tiene diabetes, ya que orina mucho por la noche?

QUIQUE FERNÁNDEZ, BARCELONA

No es rara la presencia en niños pequeños de enuresis nocturna (orina en gran cantidad). En alguna ocasión puede tener como origen el comienzo de una diabetes mellitus. El hallazgo de una glucosa elevada en sangre lo confirmará. Así, deberá comunicárselo a su pediatra.



Buzón

Próximos temas:

Depilación láser, pediatría y alergia a medicamentos.

Envíen sus preguntas:

Por correo electrónico a:
consultorio@larazon.es

Por carta:

C/Josefa Valcárcel, 42, 28027, Madrid