



EPIDEMIOLOGÍA

Los casos de diabetes en España alcanzan al 12% de los adultos

El 80% de los pacientes con el tipo 2 sufren complicaciones, sobre todo cardiovasculares • La dieta es clave en el primer año de diagnóstico

Manu Mediavilla / MADRID

Los últimos datos epidemiológicos sobre la diabetes, cuyos casos se han más que duplicado en 30 años al pasar de 153 millones de personas adultas en 1980 a 347 millones en 2008, refuerzan la advertencia de que es una auténtica 'bomba de relojería' para la salud mundial. Y también reúnen la voz de alerta en España (4,6 millones, 12% de la población adulta), que se sitúa en el quinteto de países ricos con mayor prevalencia junto a Nueva Zelanda, Malta, Estados Unidos y Groenlandia. Las cifras más bajas del mundo desarrollado se dan en Francia, Austria y Holanda, mientras el problema se expande por todo el planeta, con Oceanía en primera fila pero con perfiles también inquietantes en Asia, Latinoamérica, Caribe, norte de África y Oriente Medio; entre India y China suman ya 138 millones de casos. A ese retrato general

se añaden otros rasgos paralelos que agravan el escenario. Uno, el infradiagnóstico: en España, la prevalencia conocida es del 8,1% y la desconocida del 3,9%, lo que supone que un tercio desconoce que tiene la enfermedad. Otro, la gran frecuencia de complicaciones, que en la diabetes tipo 2, la más habitual, alcanza al 80% de pacientes. Y un tercero, el incumplimiento terapéutico, que en el tratamiento con insulina ronda el 35%-40%.

Estos datos internacionales acaban de ser analizados en el recién concluido Congreso de la Asociación Estadounidense de Diabetes (ADA), que ha reunido en San Diego a 13.000 científicos y profesionales sanitarios de todo el mundo para revisar los últimos avances en la materia. Según el mayor estudio (66.726 personas en 28 países) sobre diabetes tipo 2, y aunque los datos difieren entre regiones, un 75% de pacientes presenta enferme-



Prueba de glucosa en una campaña para prevenir la enfermedad.

ARCHIVO

dad cardiovascular, y hasta un 84% otras complicaciones como patología renal, problemas oftalmológicos, pie diabético o neuropatía. La investigación desveló importantes retrasos en el inicio de la terapia con insulina y en su posterior ajuste a medida de cada paciente, lo que favorece las complicaciones asociadas a la enfermedad.

La cita científica de San Diego también evidenció la necesidad de concentrar los esfuerzos terapéuticos del primer año tras el diagnóstico en una dieta intensiva controlada médica para

TERAPIAS

Un tercio de los pacientes no cumplen adecuadamente con el tratamiento con insulina

perder entre un 5 y un 10% de peso (la obesidad es uno de los máximos factores de riesgo de la diabetes), estrategia que consiguió claras mejoras del control glicémico y de los niveles de colesterol y triglicéridos. Los especialistas también abogan por el ejercicio físico, aunque un estudio sobre el tema no mostró mejoras adicionales; todo indica que muchos pacientes se permitían algún 'capricho' gastronómico para compensar su esfuerzo gimnástico.