

## **Siete de cada diez diabéticos mueren por la mala alimentación y el tabaco**

Pese a que padecer diabetes multiplica por dos el riesgo de desarrollar patologías cardiovasculares, los expertos señalan que en Canarias aún son muchos los enfermos que no controlan aspectos básicos de su dieta, por lo que reclaman al Gobierno más medidas de prevención y campañas de educación alimentaria.

7/10/11 01:54

### **G. MAESTRE, S/C de Tenerife**

Los problemas cardiovasculares son la primera causa de muerte entre los diabéticos canarios, hasta el punto de que siete de cada diez fallecen como consecuencia directa de alguna enfermedad de este tipo. Así lo pusieron ayer de manifiesto la presidenta de la Sociedad Canaria de Endocrinología y Nutrición (Socaen), Águeda Caballero; el adjunto al Servicio de Cardiología del Hospital Nuestra Señora de La Candelaria (HUNSC), Rafael Romero, y el presidente de la Federación de Asociaciones de Diabetes de Canarias (Fadican), Julián González, durante la presentación de una campaña sociosanitaria dirigida a promocionar el control del colesterol en la dieta alimenticia.

"El 70% de las personas con diabetes mueren por enfermedades de origen cardiovascular, puesto que tienen el doble de probabilidades de desarrollar problemas de este tipo. Por eso resulta fundamental prevenir no solo la diabetes, sino también la obesidad, el colesterol y todos los aspectos que favorecen la aparición de complicaciones", explicó la dirigente de Socaen.

Para el doctor Garrido, "cuando tantos diabéticos fallecen por infarto es porque algo está fallando. La mortalidad es el doble de alta que el resto de la población y por eso resulta esencial controlar los factores de riesgo. Hablamos de llevar a cabo una dieta adecuada, controlar la obesidad y el colesterol, tratarse correctamente la hipertensión, realizar actividad física y, por supuesto, eliminar completamente el consumo de tabaco".

En este punto aseguró: "Dejar de fumar es algo innegociable, porque lo podríamos calificar como un veneno que produce arteriosclerosis que acaba en infarto".

Para el presidente de Fadican, "cualquier cambio de actitud de las personas con diabetes y de la población en general pasa por la educación", por lo que insistió en la necesidad de que el Gobierno de Canarias lleve a cabo "cuantas campañas pueda, tanto de prevención de la enfermedad como de educación diabetológica".

"Lo que no puede ser -continuó diciendo Julián Antonio González- es que en la última década las cifras de diabetes en el Archipiélago no hayan bajado. Eso significa que la prevención está fallando y que deben desarrollarse más medidas educativas y formativas, porque solo si se conoce la enfermedad se puede

conseguir que se reduzcan las complicaciones que van aparejadas a ella como los problemas cardiovasculares, el fallo renal o la retinopatía".

Los tres expertos participan en estos días en la campaña "En la diabetes tipo 2, no olvides tu colesterol y viceversa", con la que la Federación de Diabéticos Españoles (FEDE) está celebrando conferencias por nueve ciudades de España.

La primera charla tuvo lugar ayer por la tarde en la sede de la ONCE de Santa Cruz de Tenerife y se basó en concienciar a los pacientes diabéticos para que aprendan a controlar su enfermedad y los factores de riesgo cardiovascular, resaltando la importancia de mantener a riego el colesterol.

Y es que el control de esta enfermedad -una de las de mayor prevalencia en el Archipiélago- requiere mucho más que controlar la ingesta de azúcares refinados.

"Numerosos estudios en pacientes diabéticos asocian la reducción en la mortalidad en infartos cardíacos o cerebrales con la disminución del nivel de colesterol LDL o malo. Por eso es un factor que debe ser muy tenido en cuenta por los propios afectados, además de otros igualmente importantes como dejar de fumar, controlar la cantidad de sal y grasas en las comidas y realizar ejercicio regularmente", concluyó Garrido.