

Casi la mitad de los diabéticos ignoran que padecen ese trastorno metabólico

Voluntarios de los hospitales Carlos Haya y Clínico tomarán hoy muestras de glucemia a los malagueños en la calle Larios

MÁLAGA. La diabetes no da síntomas; va afectando silenciosamente a las personas que la padecen. En muchos casos, cuando se diagnostica la enfermedad, el daño ya está causado. Casi la mitad de las perso-



ÁNGEL ESCALERA

aescalera@diariosur.es

nas con diabetes tipo II (la del adulto) lo ignoran, lo que impide que cambien su estilo de vida y reciban un tratamiento. Ese padecimiento puede corregirse con dieta y ejercicio físico si se detecta de forma precoz. Hoy se celebrarán en Málaga

varias actividades para concienciar de la prevención de la diabetes, organizadas por la Asociación de Diabéticos de Málaga (Adima).

El 14 por ciento de los malagueños sufren este trastorno metabólico. Ese porcentaje va en aumento debido, entre otros factores, al estilo de vida sedentario, el sobrepeso y la obesidad. Hoy, de 10.00 a 15.00 horas, se tomarán muestras gratuitas de glucemia capilar a las personas que lo deseen en la entrada de la calle Larios. Voluntarios de los servicios de endocrinología de los hospitales Regional

Carlos Haya y Clínico Universitario harán las pruebas, que consisten en un leve pinchazo en un dedo para extraer una gota de sangre. De esa forma, al momento, se le dirá a cada persona si sus niveles de glucemia son normales o están alterados. Años anteriores, en torno al 8 por ciento de los ciudadanos que se sometieron a ese examen tenían diabetes y no lo sabían.

Los actos preventivos e informativos se desarrollarán con motivo de la celebración el lunes del Día Mundial de la Diabetes. El lema elegido este año es: 'Actuemos contra

la diabetes. ¡Ya!' A las 13.30 horas habrá una suelta de globos. Durante toda la mañana se ofrecerá información sobre la diabetes. Asimismo, la fachada del Ayuntamiento de Málaga se iluminó anoche de azul y se mantendrá así hasta el lunes para concienciar a la población de ese padecimiento.

El presidente de Adima, José Sánchez Caro, indicó que a partir de los 35 años uno de cada cuatro hombres y una de cada ocho mujeres sufren la diabetes. Para prevenirla, señaló la conveniencia de cambiar los hábitos de vida, con una alimentación más sana y la práctica de ejercicio físico para combatir la obesidad.

Educación y prevención

Sánchez Caro recomendó a la población hacerse un análisis para saber si tienen la glucemia por encima de los parámetros normales. «Es fundamental la educación y la información para prevenir la aparición de la diabetes». En ese sentido, recordó que no hay que tener miedo al pinchazo en el dedo, puesto que las agujas son muy finas y no duelen. «Algo tan simple como la toma de glucemia capilar permite conocer si tenemos los niveles de azúcar normales o están altos», precisó.

La mitad de los diabéticos padecen retinopatía diabética, primera causa de ceguera en los adultos. La frecuencia del infarto de miocardio y de la trombosis cerebral es de dos a tres veces mayor en estos pacientes. Además, la diabetes causa una de cada cinco amputaciones de extremidades inferiores, al tiempo que la nefropatía diabética es responsable del 30 por ciento de las diálisis y de los trasplantes renales.