

EN CASTILLA LA MANCHA HAY MÁS DE 200.000 PERSONAS CON DIABETES

Más del 10% de diabéticos sufre una hipoglucemia grave al año

El endocrino Pedro Rozas subraya que es esencial una buena educación diabetológica que impida episodios que acaben en comas hipoglucémicos

J. C. CHINCHILLA
CIUDAD REAL

En Castilla La Mancha hay más de 200.000 personas con diabetes y se estima que entre el 10% y el 20% de ellas sufre al año un episodio de hipoglucemia grave, si bien todas los diabéticos que reciben insulina o hipoglucemiantes orales están en riesgo de padecer ocasionalmente este trastorno en diferentes grados de intensidad.

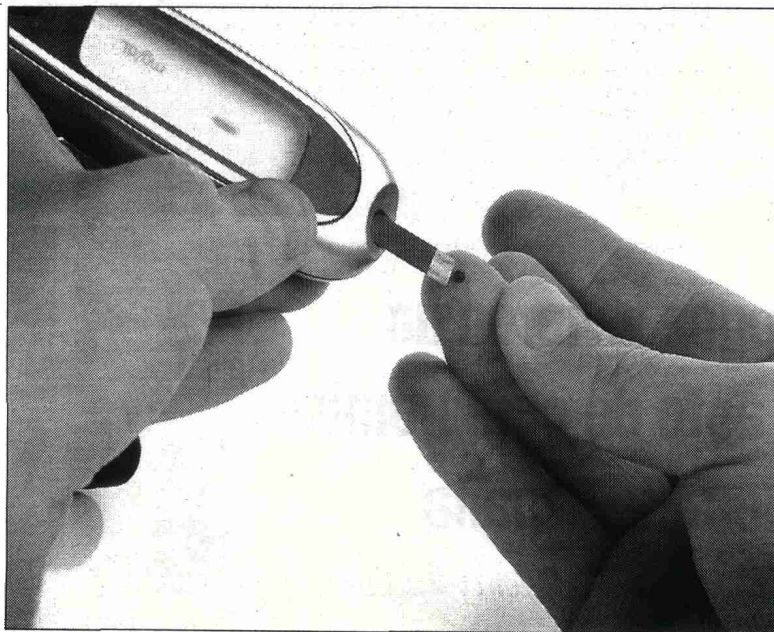
Ante esta situación la Federación de Diabéticos Españoles (FEDE) ha puesto en marcha, en colaboración con Novo Nordisk, la campaña socio-sanitaria y educativa "Hipoglucemias: contrólalas, contrólate".

El endocrino del Hospital General de Ciudad Real Pedro Rozas explica que las hipoglucemias son la disminución de los niveles de glucosa en sangre que provocan alteraciones en el organismo. Se consideran graves aquellas hipoglucemias en las que el paciente necesita la asistencia de otras personas y que, si no se atajan con rapidez, pueden derivar en un coma hipoglucémico.

Por este motivo, apunta el doctor Rozas, "no solo resulta esencial la formación de los propios pacientes, sino también la de sus familiares y entorno más cercano. Todos ellos deben saber cuáles son los síntomas de las hipoglucemias, cómo reconocerlos, a qué se deben y cómo atajarlos. En los casos leves, la persona afectada debe ingerir de inmediato azúcar e hidratos de carbono de absorción más lenta, y en los más graves, recibir suero con glucosa o una inyección de glucagón".

En este sentido, el doctor Rozas subraya que la primera herramienta para evitar estos episodios es la educación diabetológica. "Es necesario integrar de forma adecuada un cumplimiento dietético óptimo, el uso de fármacos con menor riesgo de hipoglucemias y la educación del paciente para controlar la glucemia".

Asimismo añade que es fundamental que el diabético sea capaz de realizar una identificación precoz de los síntomas de la hipoglucemia y ponerle freno



Los expertos aconsejan de la importancia de la formación para controlar la diabetes

cuanto antes, para evitar que el episodio vaya a más.

Coste sociosanitario

En España, casi el 14% de la población adulta padece diabetes, el 90-95% de tipo 2 (la diabetes

en la que el páncreas sí produce insulina pero esta no actúa correctamente). Junto a su repercusión en la calidad de vida de los pacientes, esta enfermedad conlleva un alto coste socio-sanitario: se calcula que entre el

20% y el 30% de las camas de los hospitales están ocupadas por personas con alguna enfermedad relacionada con la diabetes y que entre el 6,3% y el 7,4% del gasto sanitario nacional se destina a prevenirla y tratarla. □

► Aumenta a pasos agigantados

El doctor Pedro Rozas, especialista del área de Endocrinología del Hospital General Universitario de Ciudad Real, indica que la prevalencia de la diabetes está aumentando a pasos agigantados. "Desde el hospital vemos cómo está creciendo la presencia de la enfermedad y cómo va a seguir aumentando debido al estilo de vida sedentario y la obesidad". La sociedad internacional de diabetes IDS estima que en la actualidad 350 millones de personas padecen la enfermedad y que en el año 2030 serán más de 500 millones. Al respecto, el doctor Rozas insistió en que

la vida sedentaria y el aumento de la obesidad está propiciando un aumento del número de diabéticos en los últimos años y, en particular, en la última década. Se estima que en España un 13,8 por ciento de la población sufre la enfermedad, de los cuales la mitad desconocen que la padecen. A nivel regional, los últimos estudios indican que la prevalencia de la diabetes en mayores de 30 años es del 18 por ciento. Igualmente la mitad desconoce que tiene la enfermedad. Sobre los fármacos actuales para abordar la enfermedad, el

doctor Rozas explica que en los últimos veinte años ha habido un incremento significativo de las opciones terapéuticas. "El problema fundamental es que la diabetes tipo II es progresiva y no somos de momento capaces de frenar la evolución de la enfermedad; por ahora los nuevos fármacos han demostrado ser más eficaces a la hora de evitar determinadas complicaciones, pero todavía no existe el fármaco ideal para frenar la enfermedad, curar o ser más efectivos a la hora de controlar la glucemia", concluyó el doctor Rozas.

HIPOGLUCEMIAS

► Las hipoglucemias se producen por una disminución de los niveles de glucosa en sangre. La causa es un desajuste entre la cantidad de glucosa que entra a la sangre y el efecto de la medicación que baja estas cifras de glucosa.

► Son el mayor problema al que se enfrentan los pacientes con diabetes a diario. Suelen ocurrir con mayor frecuencia en los pacientes con diabetes que utilizan insulina, es decir, personas con diabetes tipo 1, así como en algunas personas con diabetes tipo 2. Algunos fármacos anti-diabéticos orales también favorecen la aparición de hipoglucemias.

► Para entender el efecto de la hipoglucemia en el organismo hay que tener en cuenta que la glucosa es el combustible fundamental de las neuronas que componen el sistema nervioso y el cerebro. Para que estas células realicen bien su función, necesitan un nivel mínimo de glucosa. Cuando la glucosa está por debajo de 70 ml, se produce la hipoglucemia.

► La hipoglucemia suele estar determinada por tres factores fundamentales: falta de ingesta de alimentos, práctica de ejercicio intenso o un exceso de medicación.

► Algunos de los síntomas que la hipoglucemia puede producir son la menor capacidad de raciocinio, nerviosismo, temblor, hambre, sudoración excesiva, sequedad de boca, taquicardia y visión borrosa. Si no se controla adecuadamente y de forma rápida, puede llegar a producir un coma hipoglucémico.

► Ante la mínima sospecha, el paciente debe tomarse las medidas de glucosa, a través de un pinchazo en el dedo, para comprobar si existe hipoglucemia. Tratar inmediatamente la hipoglucemia puede salvar la vida de una persona.

► La manera de controlar una hipoglucemia es muy sencilla. Cuando comienzan los síntomas, los pacientes deben tomar azúcares rápidos, es decir, azúcar de mesa, zumos o refrescos azucarados. Si los síntomas no remiten, el paciente debe tomar hidratos de carbono complejos como pan o leche. En casos más graves puede ser necesaria una inyección de glucagón.