

13/11/2015

Día Mundial de la Diabetes

Más de 25.700 personas del departamento de salud de Gandia son diabéticos

- Un deficiente control de la enfermedad provoca que un 30% padezca nefropatía diabética y alrededor de un 20%, alguna afectación visual
- Los principales grupos de riesgo son las personas con obesidad, los mayores de 45 años o aquellos con antecedentes familiares, entre otros
- Desde la sección de Endocrinología del Francesc de Borja insisten en la importancia de llevar estilos de vida saludables

Se estima que el número de personas que padece diabetes en el departamento de salud de Gandia (que engloba a 41 municipios) puede ascender a más de 25.700, tal como han dado a conocer desde la sección de Endocrinología del hospital Francesc de Borja con motivo del Día Mundial de la Diabetes que se conmemora mañana.

La diabetes es una afección crónica que se produce cuando el organismo pierde su capacidad de producir insulina o de utilizarla con eficacia. “Con una glucemia de 126 o más hay que tratar para llevar un control; sin un buen control la diabetes puede derivar en otras complicaciones que ya no tienen vuelta atrás”, señala el doctor Paolo Rossetti, de Endocrinología del hospital de Gandia.

Así, se calcula que un 30% de los diabéticos padece nefropatía diabética, y alrededor de un 20% tiene alguna afectación oftalmológica, si bien en la mayoría de los casos es muy leve. Otras complicaciones, menos frecuentes, son las neurológicas.

Las personas con riesgo de padecer diabetes son sobre todo los obesos, pero también los hijos de padres diabéticos, las embarazadas que padecen diabetes gestacional, personas con mucha grasa abdominal, los mayores de 45 años, y personas sedentarias.

Los principales síntomas son la falta de energía, orina frecuente y abundante, la pérdida de peso, la sed excesiva, el hambre constante y la visión borrosa; si bien no todos pueden presentarse y algunos pasan desapercibidos.

“En muchos casos la diabetes es asintomática, pero la ausencia de síntomas no implica ausencia de enfermedad; puede ser una enfermedad silenciosa, por ello es importante que los grupos de riesgo se hagan analíticas de control”, señala el doctor Agustín Ramos, endocrinólogo del hospital de Gandía.

Los especialistas de Endocrinología del hospital insisten en la importancia de llevar estilos de vida saludables que promuevan la buena alimentación y el fomento del ejercicio físico. “Cada vez se come más grasas, azúcares y comida precocinada, y menos legumbres y pescado azul”, explican.

De hecho, aseguran que la alta prevalencia de la enfermedad se debe a la epidemia de sobrepeso de la sociedad actual. Aunque se haya avanzado en nuevos fármacos y tratamientos, el sedentarismo y la mala alimentación están provocando que aumente la prevalencia de la diabetes y que esta esté adquiriendo características de pandemia a nivel mundial.

El Francesc de Borja cuenta además con una consulta de enfermería de educación terapéutica diabetológica, donde los pacientes, derivados por los endocrinos, reciben pautas para convivir con esta enfermedad.

En concreto, tal como explica su responsable, Juan Carlos Castellà, se les educa en el manejo de los distintos tipos de insulina y se les informa sobre la medicación y el manejo nutricional y de peso, así como el fomento del ejercicio físico y los modos de vida saludables.

Los objetivos son implementar herramientas educativas y evitar complicaciones en el manejo de la insulina para que el paciente consiga una mayor adscripción al tratamiento con el fin de que no derive en otras complicaciones.

Los pacientes aprenden cómo suministrarse la insulina, qué alimentos tienen hidratos de carbono y en qué cantidad para controlar su ingesta o cómo anotar las pautas del tratamiento en el diario glucémico, entre otros asuntos.

“La diabetes no descansa ni cierra por vacaciones; se es diabético siempre, pero, con un buen control el paciente puede llevar una vida completamente normal”, afirma Juan Carlos Castellà.

La diabetes afecta al 14% de la población de la Comunitat Valenciana y es la sexta causa de mortalidad. En España hay cinco millones de diabéticos y se calcula que en 2030 esta será la séptima causa mundial de muerte, adquiriendo así características de pandemia.