Enfermedades

Sanidad detecta pacientes con diabetes cada vez más jóvenes

La enfermedad comienza más a menudo en la treintena, con casos también en niños y adolescentes, por la mala alimentación y el sedentarismo

J. HERNÁNDEZ

Héctor Fuentes



Aplicación móvil que mide la glucosa y que ya utilizan pacientes de la provincia de Alicante.

La vida poco saludable está detrás de que se haya adelantado la edad en que debuta la diabetes tipo 2, que hace su aparición cada vez más a menudo en personas de 30 años pese a ser más propia de edades avanzadas, con casos en niños y adolescentes. De hecho, hasta hace unos años era una rareza.

Esto se debe a que el páncreas produce insulina pero no la suficiente para hacer frente a los niveles de glucosa en personas que, pese a su juventud, llevan desde una edad muy temprana con una mala alimentación, llevando una vida sedentaria y muchas veces con obesidad.

Tener diabetes tipo 2 a los 30 años implica un mayor riesgo de complicaciones graves y una esperanza de vida potencialmente reducida, debido a que la enfermedad afecta al organismo durante más tiempo. El manejo temprano y constante es crucial para prevenir problemas a largo plazo como enfermedades cardiovasculares, entre ellos ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares, daño nervioso, renal y ocular, y mayor riesgo de demencia.

Además, obliga a la persona a tomar medicación y a cambiar su estilo de vida, algo que, cuando se vuelve insuficiente, conduce al uso de insulina para controlar los niveles de glucosa en sangre pues, a medida que la enfermedad progresa, el páncreas produce menos y las células se vuelven menos sensibles a ella.

Una situación, la del aumento de casos en jóvenes, que quieren visibilizar coincidiendo con el Día Mundial de la Diabetes tanto la Unión de Diabéticos de Alicante como el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa), que alerta también de que «llevamos años viendo cómo debuta cada vez en edades más tempranas».

El colectivo de nutricionistas subraya el papel fundamental que juega una correcta alimentación tanto en el tratamiento como en la mejora de la calidad de vida de los pacientes con esta enfermedad, cuyos síntomas se desarrollan lentamente y pueden ser tan leves que no se noten al principio, pero que incluyen aumento de la sed y la micción, cansancio, hambre excesiva, visión borrosa y hormigueo en manos y pies.

La Unión de Diabéticos apunta a la detección al alza por el personal sanitario de casos a causa del abandono de la dieta mediterránea y del tipo de vida actual más sedentario. La Conselleria de Sanidad, por su parte, ha reforzado su estrategia para mejorar el tratamiento de la diabetes mediante la incorporación de nuevos dispositivos de tecnología avanzada que permiten un mayor control en la administración de la insulina en los pacientes que la necesitan.

Para potenciar el diagnóstico precoz, Sanidad ha distribuido en los centros sanitarios un decálogo con signos de alerta dirigida a la población en general y, en concreto, a padres y madres, de cara a la identificación de posibles síntomas y optimizar así el diagnóstico temprano de la diabetes tipo 1 en los menores. Esta guía se ha elaborado en colaboración con las sociedades científicas y en respuesta a la propuesta de la Asociación Valenciana de Diabetes.

Asociaciones reclaman que las tiras reactivas para medir la glucosa se proporcionen a todos los afectados

Nuevos dispositivos de tecnología avanzada permiten mayor control en la administración de la insulina

Incidencia

En la provincia de Alicante la prevalencia de la diabetes se sitúa aproximadamente en un 14 % de la población, según las últimas cifras oficiales. Traducido en cifras, son unos 277.000 alicantinos. De ellos, 7.000 son pacientes infanto-juveniles que padecen la habitual a esas edades, la tipo 1; mientras que el resto sufre la 2. Aquí hay un infradiagnóstico del 40 %, lo que supone que 152.000 personas residentes en la provincia ya estén en tratamiento pero otras 118.000 no, porque no saben que están enfermas, según la Unión de Diabéticos.

El 90 % de los afectados tiene el tipo 2 pero solo reciben tiras para medir la glucosa en sangre por parte de la Sanidad pública las que necesitan insulina y las que están muy descompensadas. La asociación de pacientes reclama que se faciliten de una manera universal para un mejor control de la enfermedad por las personas mayores.

> «Te puede estar afectando al riñón o tener una enfermedad cardiovascular y no saber que eres diabético»
>
> JOSÉ MANUEL MIRALLES
> PRESIDENTE DE LA UNIÓN DE DIABÉTICOS DE ALICANTE

Esta tira se integra en el medidor de glucosa, un dispositivo similar a un teléfono móvil. Tras pinchar en un dedo, se depositan unas gotas de sangre en la tira, que lo absorbe y se introduce en el glucómetro, que da el nivel de glucosa, tal y como describe José Manuel Miralles, presidente de la Unión de Diabéticos.

«Es una prueba muy sencilla y que se está utilizando en los cribados para detectar la diabetes regularmente. Normalmente en los centros de salud las enfermeras, cuando hacen revisiones para otro tipo de cosas, suelen hacer esa prueba para detectar cuanto antes la diabetes que el paciente ignora y poner a la persona en tratamiento».

Las personas que no se ponen insulina, que son la mayoría, no se pueden controlar la enfermedad, señala Miralles, solo cuando van al médico o tienen alguna cita con la enfermera, pero «tal y como está de saturada la sanidad pública» ese tipo de control se hace demasiado a menudo, señala.

«Estas personas van completamente despistadas porque además es una patología silenciosa que no duele. Te puede estar afectando al riñón, tener un tipo de enfermedad cardiovascular debido al nivel de glucosa o problemas en los pies o de visión (retinopatía diabética) y a lo mejor no lo saben hasta que es demasiado tarde».

Sanidad, por su parte, afirma que los médicos de Familia pueden prescribir medidores continuos de glucosa a pacientes con diabetes tipo 2 que lo precisen.

Amputaciones

Que haya atención podológica en la Sanidad pública es otra reivindicación «porque, con diabetes, muchas veces se llega a la amputación y la forma de evitarla es que un profesional revise periódicamente los pies y las heridas de rodilla para abajo. Eso no lo cubre actualmente la Seguridad Social y es una complicación muy importante que suele aparecer en las personas que viven una larga evolución de diabetes».

Una vez detectado el problema, los tratamientos sí los cubre el sistema pero no la atención previa, que podría prestarse en el centro de día que la Generalitat presupuestó en la etapa del Botànic en el Hospital de Alicante para toda la provincia y que no se ha puesto en marcha. ■

El domingo

Carrera en Muchavista

Este domingo 16 de noviembre se celebra la XII edición de la carrera por el Día Mundial de la Diabetes. A partir de las 10 horas, está organizada por la Unión de Diabéticos de Alicante. Se celebra en la playa de Muchavista, en El Campello, y son cinco kilómetros con tres tipos de actividad: carrera, caminata y marcha nórdica. También hay una prueba de carrera infantil para los niños.