

# La Diabetes Puede Costarte un Riñón: ¡Actúa Ya!



## CIFRAS y DATOS

### ¿Sabías que...?

**1** ... hay en la actualidad más de 190 millones de personas con diabetes en todo el mundo?

- Los pronósticos indican que esta cifra crecerá hasta alcanzar los 330 millones en el año 2025, debido principalmente al crecimiento y al envejecimiento de la población, la urbanización, los hábitos alimenticios poco saludables y la vida sedentaria.

**2** ... para 2025, se espera que el número de personas con diabetes:

- al menos se duplique en África, en el Mediterráneo oriental y Oriente Medio y en el Sudeste asiático?
- aumente en casi un 20% en Europa, en un 50% en América del Norte, en un 85% en América del Sur y Central y en un 75% en la región del Pacífico Occidental?

**3** ... existen dos formas básicas de diabetes?

- La diabetes tipo 1, que afecta con más frecuencia a niños y adolescentes y representa aproximadamente entre un 5 y un 10% de todos los casos de diabetes.
- La de tipo 2, que es, con diferencia, la forma más frecuente de diabetes y se da principalmente en adultos, aunque hoy afecta cada vez más a niños y jóvenes adultos. Representa aproximadamente entre un 90 y un 95% de todos los casos de diabetes.

**4** ... en 2003, los países con más casos de diabetes son:

- la India (35,5 millones), China (23,8 millones), los Estados Unidos (16 millones), Rusia (9,7 millones) y Japón (6,7 millones)?
- ¿Y que Nauru (30,2%), Emiratos Árabes Unidos (20,1%), Kuwait (12,8%) y Tonga (12,4%) son los países con mayor prevalencia de diabetes en la población adulta?

**5** ... al menos el 50% de todas las personas con diabetes no es consciente de que padece dicha afección?

- En algunos países esta cifra podría llegar hasta el 80%.

**6** ... todo el mundo corre el riesgo de desarrollar diabetes?

- El historial familiar, la edad, el exceso de peso, la falta de ejercicio y los malos hábitos dietéticos, todo ello contribuye a la aparición de diabetes.
- Padeecer un considerable sobrepeso aumenta el riesgo de desarrollar diabetes (el 80% de las personas con diabetes tipo 2 tiene sobrepeso u obesidad).

**7** ... de no recibir tratamiento, la diabetes puede producir graves complicaciones a largo plazo?

- **enfermedades renales:** la diabetes es la principal causa de insuficiencia renal en el mundo desarrollado y representa aproximadamente entre un 35% y un 40% de los nuevos casos cada año.
- **enfermedades visuales:** La diabetes es la causa principal de ceguera y deficiencias visuales en adultos en los países desarrollados. La incidencia de ceguera es 25 veces superior en personas con diabetes de lo que lo es en la población general.
- **enfermedades nerviosas:** Las lesiones nerviosas, en combinación con la enfermedad vascular periférica hacen de la diabetes la causa más común de amputación no resultante de un accidente. Las personas con diabetes tienen entre 15 y 40 veces más probabilidades de necesitar una amputación de los miembros inferiores en comparación con la población general.
- **enfermedades cardiovasculares:** las personas con diabetes tienen entre dos y cuatro veces más posibilidades de desarrollar enfermedades cardiovasculares que las personas sin diabetes. Las personas con diabetes tipo 2 tienen el mismo riesgo de sufrir un infarto de miocardio que las personas sin diabetes que ya han sufrido un infarto de miocardio. El riesgo de mortalidad por enfermedad cardiovascular es 40 veces superior que en personas sin diabetes.

## **8 ... las etapas iniciales de la enfermedad renal (nefropatía) son frecuentes?**

- A lo largo de su vida, alrededor de un 50% de las personas con diabetes tipo 1 desarrolla microalbuminuria.

## **9 ... aproximadamente el 20% de las personas con diabetes tipo 1 desarrollan insuficiencia renal?**

- En personas de raza caucásica con diabetes tipo 2, entre el 5 y el 10 % llega a desarrollar una insuficiencia renal crónica terminal (IRCT), mientras que entre los no caucásicos la proporción es aún mayor.
- La insuficiencia renal diabética es la causa más común de ingreso en programas de sustitución renal (diálisis o trasplantes) en la mayoría de los países del mundo.
- En Alemania y en los EEUU, más del 40% de las personas con insuficiencia renal crónica terminal tiene diabetes. Se calcula que el número de pacientes con IRCT en todo el mundo que necesitan diálisis fue de 1.000.000 en 2000, 260.000 de los cuales residen en los EEUU. Se calcula que esta población crecerá a un ritmo anual del 8%.

## **10 ... hasta un 40% de los nuevos casos de IRCT se pueden atribuir a la diabetes?**

- El riesgo de IRCT es 12 veces superior en personas con diabetes tipo 1 en comparación con quienes tienen diabetes tipo 2.

## **11 ...existen dos opciones de tratamiento cuando fallan los riñones?**

- La diálisis (hemodiálisis y peritoneal) y trasplante.
- En los Estados Unidos, casi 300.000 personas están bajo diálisis crónica y más de 20.000 tienen un riñón transplantado en funcionamiento.

### **Fuentes:**

Diabetes Atlas 2000, Federación Internacional de Diabetes (FID), 2000.

Diabetes y Enfermedades cardiovasculares: Es el momento de actuar, FID 2001

<http://www.who.int/ncd/dia>

*Awareness, Intervention and Education – Enhancing the lives of people with diabetes*, FID 2001

*Keep your Kidneys Healthy*, National Diabetes Information Clearinghouse, [www.niddk.nih.gov](http://www.niddk.nih.gov)

## **12 ... los costes de la diálisis o el trasplante son altos?**

- Los costes por diálisis rondan los 35.000 USD por persona al año.
- Los costes por trasplante de riñón rondan los 15.000 USD durante el primer año, y los 6.000 USD a partir del segundo.
- Las devastadoras complicaciones de la diabetes están imponiendo una enorme carga sobre los servicios sanitarios. Se calcula que la diabetes representa entre un 5% y un 10% del presupuesto nacional sanitario.

## **13 ... la insuficiencia renal por diabetes se desarrolla tan lentamente que podrías no sentirte enfermo durante varios años?**

- Sabrás que tienes problemas renales sólo si tu médico te hace un análisis de proteína en la orina. Todos los años, asegúrate de que tu médico te realiza un análisis de orina para ver si tus riñones segregan albúmina.

## **14 ... un estrecho control del nivel de azúcar en sangre reduce el riesgo de microalbuminuria en un tercio?**

- Hay pruebas concluyentes de que unos buenos niveles de glucosa en sangre pueden reducir de modo importante el riesgo de desarrollo de complicaciones y ralentizar su progreso en todos los tipos de diabetes.
- El control de la hipertensión y la hiperlipidemia (grasa en sangre) es igualmente importante.

## **15 ... se calcula que un 25% de las naciones del mundo...**

- no han desarrollado ningún plan específico para la atención a la diabetes dentro de los planes nacionales sanitarios, a pesar de que los costes humanos y económicos de la diabetes podrían reducirse de modo importante mediante la inversión en prevención, particularmente en detección precoz para evitar la aparición de complicaciones diabéticas?

*International Survey of People with Diabetes – Attitudes and Concerns*, FID – European Region and Lions Club International Foundation

Foster A, *World Distribution of Blindness*, J. Community Eye Health 1988; 1: 2-3