CORREO FARMACÉUTICO

PAÍS: España
PÁGINAS: 26
TARIFA: 1792 €
ÁREA: 600 CM² - 80%

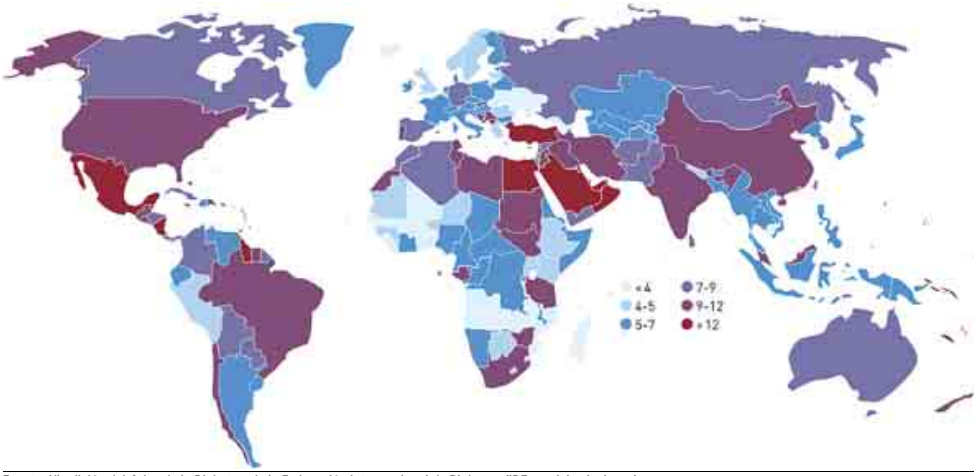
FRECUENCIA: Semanal
O.J.D.: 21711
E.G.M.:
SECCIÓN: MEDICINA

17 Noviembre, 2014

ENDOCRINOLOGÍA La epidemia de la diabetes sigue subiendo a escala mundial y esto requiere medidas coordinadas que involucren a todos los sectores sociales. Empezar por una vida saludable puede ser un buen comienzo para frenar los casos

LOS PAÍSES DE INGRESOS MEDIOS Y BAJOS, LOS MÁS AFECTADOS

Porcentaje de la prevalencia mundial de la diabetes en adultos (de entre 20 y 79 años de edad). Año 2013.



Fuente: VI edición del *Atlas de la Diabetes*, de la Federación Internacional de Diabetes (IDF, en siglas inglesas).

Cómo crecerá la DM. Se estima que tienen diabetes aproximadamente 387 millones de personas en el mundo, o el 8,3 por ciento de los adultos, según datos de la Federación Internacional de Diabetes recogidos en la actualización de la VI edición del *Atlas de la Diabetes*. Cerca del 80 por ciento vive en países de ingresos medios y bajos. Si siguen estas tendencias, para el año 2035 unos 592 millones de personas, o un adulto de cada diez, tendrá diabetes. Esto equivale a aproximadamente tres casos nuevos cada 10 segundos, es decir, casi 10 millones por año. Los incrementos más importantes tendrán lugar en las regiones donde son predominantes las economías en desarrollo.

El 8,3 por ciento de los adultos de todo el mundo ya padece diabetes

ANA CALLEJO MORA
ana.callejo@unidadeditorial.es

Como cada año por estas fechas, la Federación Internacional de Diabetes (IDF, según sus siglas en inglés), con motivo del Día Mundial de esta enfermedad endocrinológica -celebrado el pasado viernes-, publica los nuevos datos sobre la diabetes. Estas cifras, recogidas en la actualización que han hecho este año en la VI edición del *Atlas de la Diabetes*, que data de 2013, indican que la epidemia sigue aumentando en todos los países del mundo y muestran la necesidad existente de medidas coordinadas que involucren a todos los sectores de la sociedad.

En concreto, 387 millones de personas (el 8,3 por ciento de los adultos) tienen diabetes y se estima que este número sobrepasará los 592 millones en 2035. Por otro lado, advierte la IDF, 179 millones (casi la mitad de las personas con diabetes) no están diagnosticadas y presentan un mayor riesgo de desarrollar complicaciones dañinas y costosas. En 2014, la diabetes supondrá un coste humano y económico enorme: 4,9 millones de muertes y 612.000 millones de dólares estadounidenses -el 11 por ciento del gasto sanitario mundial-.

En Europa, una de cada tres personas diabéticas no ha sido diagnosticada, y el gasto en diabetes asciende a 144.000 millones de dólares, aproximadamente un cuarto del gasto a nivel mundial.

ESPAÑA, EL CUARTO

Países de Europa con mayor número de casos de diabetes.

País/territorio	Casos de diabetes en miles de hab. (20-79 años)
Alemania	7.279
Turquía	7.227
Federación Rusa	6.763
España	**3.704**
Italia	3.516
Francia	3.241
Reino Unido	2.453
Polonia	2.049
Rumanía	1.530
Ucrania	1.100

Fuente: IDF.

EN NUESTRO PAÍS

En España, Andoni Lorenzo, presidente de la Federación de Diabéticos Españoles (FEDE), fue el encargado de presentar, la semana pasada, la actualidad del panorama nacional de la diabetes. "Hay 5.301.314 personas mayores de edad con diabetes tipo 2. De ellas, 2.304.919 (el 43 por ciento) están aún sin diagnosticar. La diabetes tipo 1 afecta a 29.000 niños menores de 15 años y se producen 1.100 casos nuevos cada año".

Además, citó otros datos alarmantes: "Siete de cada diez amputaciones no traumáticas en las extremidades inferiores se producen debido a la diabetes. España es el segundo país del mundo, por detrás de Estados Unidos, con mayor número de amputaciones por esta causa. El 16 por ciento de ciegos en España lo son por la diabetes y cada año origina 25.000 muertes", aporta Lorenzo.

Se estima que un 70 por ciento de casos de diabetes tipo 2 se podrían evitar en los próximos 15 años mediante la adopción de estilos de vida saludables, declara la Federación Internacional de Diabetes. Esta idea la subrayó Manuel Moñino, coordinador del Área de Nutrición Comunitaria y Salud Pública de la Fundación Española de Dietistas-Nutricionistas, al comentar que "es urgente apostar por la educación en diabetes". Entre otros consejos recordó que "hay que hacer cinco comidas al día, recuperar la dieta mediterránea y las recetas tradicionales con muchas legumbres y verduras y poca carne. Cualquier momento es adecuado para comer fruta. Es necesario evitar los alimentos precocinados ricos en grasas y las bebidas azucaradas".

Ana Megía coordina el grupo *Diabetes y Embarazo* de la SED.

El boticario, un buen asesor para prevenir la diabetes en el embarazo

Si se padece, desde la SED ven clave llevar una dieta "equilibrada"

M. F. B. Ante una paciente que llega a la botica con dudas sobre la diabetes gestacional, una de las recomendaciones que debe hacer el farmacéutico es la de "evitar una ganancia excesiva de peso durante el embarazo", ya que esto reduciría la posibilidad de que esta patología aparezca. Así lo explicó Ana Megía, coordinadora del grupo de trabajo *Diabetes y Embarazo* de la Sociedad Española de Diabetes (SED) durante el encuentro digital que mantuvo con los lectores el pasado miércoles para resolver dudas con motivo del Día Mundial de la Diabetes (celebrado el pasado viernes, 14 de noviembre).

En este foro, Megía ofreció algunos consejos sobre cómo hay que cuidar la alimentación en el caso de sufrir diabetes durante el embarazo: "La dieta debe ser completa, equilibrada, repartida en diferentes tomas y controlada en hidratos de carbono [entre un 40 y un 55 por ciento del total de calorías ingeridas]. El objetivo es conseguir un adecuado aporte nutricional tanto para la madre como para el feto, evitar hiperglucemia postprandial marcada y la aparición de cetosis (...) En aquellos casos en los que la dieta no consigue normalizar el control glucémico, se debe iniciar tratamiento farmacológico".

Junto a esto, respondiendo a una duda sobre la idoneidad de los suplementos nutricionales en caso de diabetes gestacional, Megía señaló que su indicación debe ser similar a la que se realizaría en el caso de un embarazo normal. Y añadió: "En el caso de la paciente con diabetes pregestacional, de inicio antes de la gestación, es importante que al menos 3 meses antes de la gestación inicie la suplementación con ácido fólico, ya que la diabetes es un factor de riesgo de aparición de defectos de tubo neural".

Además, ahondó en el necesidad de un buen control de la enfermedad: "La diabetes no controlada es un factor de riesgo de complicaciones durante la gestación y, si éste es muy deficiente, puede dificultar la gestación. Es importante saber, que las mujeres con diabetes pregestacional deben prepararse específicamente para el embarazo".

Lea el encuentro digital con Ana Megía, coordinadora del grupo de trabajo *Diabetes y Embarazo* de la SED, en www.correofarmaceutico.com