FARO DE VIGO
PONTEVEDRA

PAÍS: España
PÁGINAS: 6
TARIFA: 789 €
ÁREA: 939 CM² - 87%

FRECUENCIA: Diario
O.J.D.: 41254
E.G.M.: 243000
SECCIÓN: PONTEVEDRA

6 Noviembre, 2015

PABLO FERNÁNDEZ CATALINA ■ Jefe de Endocrinología del CHOP

"Casi la mitad de los enfermos ignoran a día de hoy que son diabéticos"

"Lo bueno es que cada vez tenemos un arsenal terapéutico más amplio"

SUSANA REGUEIRA ■ Pontevedra

Sed anormal, micción frecuente, cansancio, pérdida de peso, heridas que curan más lentamente, irritabilidad... Son alguno de los síntomas que pueden hacernos sospechar que padecemos diabetes. Cada año el 14 de noviembre se celebra el Día Mundial dedicado a esta enfermedad, que en este 2015 lleva por lema "Detengamos la epidemia de la diabetes" y que expertos como Pablo Fernández Catalina aprovechan para destacar la importancia de la alimentación saludable como un factor clave en la lucha contra esta epidemia, además de fundamental para la salud mundial y el desarrollo sostenible.

–¿Cómo de frecuente es la diabetes?

–En nuestro país por los estudios epidemiológicos publicados se sabe que la diabetes puede afectar a alrededor del 12% de la población adulta. ¿Qué es lo que ocurre? Que muchos de estos pacientes están sin diagnosticar, probablemente casi la mitad de estos enfermos ignoran a día de hoy que son diabéticos, lo cual no significa que no lo sean claro.

–¿Es difícil de diagnosticar?

–A la inversa, creo que la diabetes es de las enfermedades más sencillas de diagnosticar, mediante un simple análisis de sangre se puede diagnosticar la enfermedad, en pruebas que generalmente se hace la población con motivo por ejemplo de sus funciones laborales o los análisis periódicos en el médico de cabecera basta con una simple determinación de glucosa en sangre en ayunas para diagnosticar.

–¿Se puede prevenir?

–Claro, de hecho a día de hoy la diabetes está considerada una de las grandes epidemias del siglo XXI, así lo dice la Organización Mundial de la Salud, y en gran medida la diabetes tipo 2 es consecuencia de la obesidad, es decir esta epidemia de casos de diabetes de tipo 2 viene precedida por la epidemia de casos de obesidad, de modo que uno de los factores clave para prevenir o al menos para retrasar la aparición de la diabetes tipo 2 es controlar el peso, una dieta saludable y hacer ejercicio.

–Por mucho que se diga desde la administración que se corrigen las cifras de sobrepeso desde fuera se tiene la impresión de que no lo estamos haciendo bien y seguimos la estela de países como Estados Unidos

–Creo que todo lo que se ha producido en Estados Unidos, todo lo que primero ocurre en ese país nos llega aquí con una década de retraso, los avances tecnológicos pero también las grandes epidemias que afectan a nuestra salud, entre ellas la obesidad, España tiene en la actualidad una de las tasas de obesidad más altas de Europa y lo más preocupante es que esa alta prevalencia de obesidad está afectando sobre todo a la población infantil, y esos niños obesos en el futuro serán probablemente diabéticos.

> "España tiene una de las tasas de obesidad más altas de Europa, sobre todo niños"

–¿Es cierto que cada vez los diabéticos tipo 2 son más jóvenes?

–Efectivamente, tenemos básicamente dos tipos de diabetes, la tipo 1, que antes se llamaba diabetes infantil o infanto juvenil porque solía aparecer a edades muy tempranas, y la tipo 2, que es la relacionada con la obesidad, y antes en los libros de texto incluso uno los criterios diagnósticos es que el paciente debía de tener más de 35 años o más de 40 años, ahora lo estamos viendo es que esa diabetes tipo 2 aparece cada vez a edades más tempranas, ahora no es infrecuente ver individuos de 30 años, adultos o incluso con menos años, con esa enfermedad, y lo más probable es que en los próximos años nos encontremos a adolescentes con diabetes tipo 2, consecuencia precisamente de la prevalencia de la obesidad.

–En paralelo ¿cada vez tenemos mejores tratamientos?

–Todo tiene su lado bueno y su lado malo, aquí la noticia mala es que la prevalencia de la diabetes es cada vez mayor, afecta a más personas y cada vez a edades más tempranas, pero lo bueno es que cada vez tenemos un arsenal terapéutico más amplio, en los últimos años el número de fármacos que tenemos para tratar la diabetes ha aumentado de forma espectacular. Además hay que tener en cuenta que la diabetes es una enfermedad crónica y progresiva, donde lo normal es que a medida que evoluciona el paciente pueda precisar en principio un fármaco pero después habrá que ir cambiando para lograr un tratamiento adecuado, y ahora tenemos un conjunto de fármacos en general bastante efectivos para controlar la enfermedad y que nos permiten hacer esos cambios en los tratamientos que el paciente va a necesitar a lo largo de su vida.

–¿Es la diabetes la enfermedad más frecuente en el servicio que usted encabeza?

–Me atrevería a decir que más prevalente es la obesidad, estamos hablando de que la diabetes afecta a un 12% de la población adulta las tasas de obesidad son más altas, otra cosa es que a nosotros lógicamente no nos llegan todos los casos de obesidad, a nuestro servicio llegan aquellos casos más complicados, los más severos o los que se acompañan además de otras enfermedades o con otros factores de riesgo cardiovascular. Dentro de las enfermedades metabólicas sin duda las dos más frecuentes son la obesidad y la diabetes.

–La impresión es que la obesidad es una enfermedad de muy difícil tratamiento.

–Lo es, muchas veces acude a la consulta enviado por su sobrepeso y su obesidad pero la gente no tiene conciencia de enfermedad ante la obesidad, y la enfermedad es una obesidad, no es un problema estético, la gente a lo mejor viene a la consulta porque quiere perder unos quilos, porque se cree que es un problema estético, para encontrarse un poco mejor o mejorar su imagen personal pero en realidad lo que tiene es una enfermedad, y además una enfermedad que aumenta el riesgo de aparición de otras, la propia diabetes tipo 2, otras enfermedades cardiovasculares o incluso, y eso no lo sabe mucha gente, ciertos tipos de cáncer son más frecuentes en personas obesas, genera problemas de salud muy importantes.

> "Prácticamente en España no tenemos fármacos para tratar la obesidad"

–¿También en el caso de la obesidad cada vez hay más fármacos para combatirla?

–Hay muchos mitos, así como el tratamiento farmacológico de la diabetes sí que ha experimentado importantes avances en la obesidad nos encontramos un poco huérfanos de fármacos que sean realmente efectivos para tratarla, a día de hoy prácticamente en España no tenemos fármacos para tratar la obesidad, si no recuerdo mal tenemos uno solo, es cierto que van a salir nuevos fármacos pero ahí sí que nos encontramos carentes de verdaderos fármacos que sean eficaces.

–¿Qué les parecen a los expertos medicamentos que prometen en televisión captar grasas, ayudarnos a perder un kilo más con la dieta etc?

–Creo que se refiere al Oristal, que es un fármaco sin receta médica que se puede comprar en las farmacias y que ayuda a perder un poco más de peso, puede ser una ayuda en determinadas circunstancias, pero también es cierto que en torno a la obesidad hay mucha publicidad engañosa y debe tenerse cuidado porque muchos de los fármacos que pueden circular, no solo en televisión sino tal vez incluso a través de la red, pueden resultar incluso peligrosos para la salud.

FICHA PERSONAL

■ Pablo Fernández Catalina (Vigo, 1973) es jefe del servicio de Endocrinología del Complejo Hospitalario de Pontevedra (CHOP), una unidad que el pasado año atendió 13.539 consultas expertas, de ellas 3.882 de nuevos pacientes.

Pablo Fernández Catalina.

CLAVES

Incidencia

■ La diabetes afecta a un 12% de la población de nuestro entorno, si bien se estima que 4 de cada 10 casos están sin diagnosticar.

Cada vez más jóvenes

■ Los expertos constatan que la diabetes tipo 2 aparece en pacientes cada vez más jóvenes.

Día de la Diabetes 2015

■ Ante la próxima celebración del Día Mundial de la Diabetes 2015 los expertos recuerdan que una alimentación saludable puede ayudar a prevenir la aparición de la diabetes tipo 2 y que, una vez que ha aparecido, comer adecuadamente es una parte importante para el control efectivo de la enfermedad y para ayudar a evitar complicaciones.

Prevención

■ Con la alimentación, el control del peso y el ejercicio son las principales claves para prevenir.