



## La diabetes es una enfermedad que afecta a 150 millones de personas en todo el mundo

EFE  
MADRID

La diabetes es una enfermedad crónica que padecen en el mundo más de 150 millones de personas, de los que cerca de dos millones son españoles, y en la que cada vez se da más importancia a la educación sanitaria para hacer frente a la batalla diaria por mantener en niveles adecuados la glucosa en la sangre.

Se calcula que en poco más de 20 años, la cifra de diabéticos tipo 2, que se desarrolla en la edad

adulta ligada a los hábitos de vida inadecuados, se habrá duplicado y que habrá en el mundo 300 millones de enfermos.

Aunque ésta es la más común, existe también una forma de diabetes denominada tipo 1 que se presenta sobre todo en niños y adultos jóvenes y que suele presentar un inicio más brusco y grave que facilita su diagnóstico.

Un mal control de la glucosa en la sangre eleva en los diabéticos el riesgo de desarrollar complicaciones de la enfermedad, que son las causantes de la mayoría de

las muertes que se producen en quienes sufren esta afección.

Se calcula que el 40% de los pacientes desarrollan complicaciones a lo largo de la vida, porcentaje que podría mejorar con un mayor control glucémico, una dieta adecuada, no fumar y hacer ejercicio físico diario y moderado.

El control de la dieta y el seguimiento de la terapia indicada en cada caso, además de un riguroso control metabólico son esenciales para evitar las complicaciones.

En los últimos años, los especialistas en diabetes han descubierto las ventajas de controlar de forma más estricta los niveles de glucosa para no sufrir episodios de hipoglucemia, que es tener bajos los niveles de glucosa y que suponen el episodio adverso más frecuente en los enfermos.