

La diabetes es una señal de alerta para la enfermedad cardiaca

La mayoría de las personas no creen que la diabetes sea una señal de alerta para la enfermedad cardiaca. Pero lo es. Al menos dos de cada tres personas con diabetes mueren por alguna enfermedad cardiovascular.

El National Diabetes Education Program (NDEP) [Programa Nacional para Educación sobre Diabetes (PNED)], una iniciativa del National Institutes of Health [los Institutos Nacionales de la Salud (INS)] y del Centers for Disease Control and Prevention [Centro para Control y Prevención de Enfermedades (CCPE)], urgen a aquellas personas con diabetes tipo 2 a controlar sus niveles de azúcar en sangre para evitar o retrasar la enfermedad cardiaca.

La diabetes tipo 2, previamente llamada diabetes del adulto, constituye el 90 a 95 por ciento de los 16 millones de norteamericanos con diabetes. Este número ha aumentado seis veces en los últimos 40 años, en parte como resultado del aumento de la edad, obesidad, inactividad física y factores hereditarios.

“La diabetes es un factor mayor, pero modificable, para la inducción de la enfermedad cardíaca” dijo el Dr. Rodney Lorenz, co- director del NDEP. “Es esencial que aquellas personas con diabetes trabajen de cerca con sus médicos: con actividad física regular, control del peso, y de los alimentos con el objetivo de controlar los niveles en sangre de azúcar y lípidos y las medicaciones como han sido indicadas” dijo Lorenz. La disminución de los niveles altos de presión arterial y el hecho de no fumar también disminuyen el riesgo de enfermedad cardiovascular.

“Las mujeres con diabetes tienen particularmente una alta tasa de enfermedad cardiovascular” dijo Lorenz. De acuerdo con un reciente estudio publicado en el *Journal of the American Medical Association*, las muertes por enfermedad cardiaca han aumentado un 23 por ciento en mujeres con diabetes, a la vez que se ha logrado una disminución del 27 por ciento en la mortalidad en mujeres no diabéticas. La situación es un poco mejor en hombres, las muertes debidas a enfermedad cardiaca disminuyeron un 13 por ciento en hombres con diabetes. Esta disminución fue del 36 por ciento en hombres no diabéticos.

Para la población general, las muertes por enfermedad cardiaca, accidente cerebrovascular y cáncer han disminuido, pero las muertes por diabetes han aumentado. “La diabetes es la epidemia de nuestros tiempos y continúa aumentando su prevalencia, incidencia y cantidad de muertes” dijo Lorenz.

La evidencia científica ha demostrado que el manejo agresivo de la diabetes puede retrasar o prevenir significativamente las serias complicaciones de la enfermedad- insuficiencia renal, ceguera, y amputaciones de dedos, pies o piernas.