

ELEVACIÓN ANORMAL DE LA GLUCEMIA DESPUÉS DE LAS COMIDAS

La elevación anormal de la glucemia después de las comidas es, con frecuencia, la primera y única manifestación de la diabetes tipo 2, según afirman los investigadores tras numerosos estudios realizados. Además, según indican, estos picos posprandiales (después de la toma de alimentos) pueden contribuir al desarrollo de arteriosclerosis.

Un mejor indicador de la diabetes tipo 2

La elevación de la glucosa en sangre (o picos de hiperglucemia) después de las comidas se debe al aporte masivo de glucosa a la sangre como consecuencia de la digestión y absorción de los alimentos. En personas adultas no diabéticas, el páncreas responde a este aporte masivo de glucosa de las comidas a través de la secreción de insulina (hormona proteica segregada por el páncreas en respuesta al aumento del nivel de glucosa en sangre). Sin embargo, las personas que padecen diabetes tipo 2 han perdido la capacidad de respuesta del páncreas a esta situación, de forma que la cantidad extra de glucosa procedente de las comidas no puede ser metabolizada y se acumula en la sangre, produciéndose picos elevados de glucemia posprandial.

Este es el motivo por el que algunos investigadores creen que la existencia de hiperglucemias posprandiales es mejor indicador de la diabetes tipo 2 que la concentración de glucosa en plasma en ayunas, ya que en las pruebas que sólo tienen en cuenta la glucemia en ayunas se pierden pacientes cuya principal anomalía son los niveles elevados de glucosa después de las comidas.

Además, numerosos estudios han demostrado que la hiperglu-



Una mujer se hace una prueba de sangre en el Día Mundial de la Diabetes

cemia contenida de forma crónica es uno de los principales factores de desarrollo de complicaciones crónicas de la diabetes, como nefropatía, retinopatía y neuropatía. Según conclusiones del estudio DECODE, publicado el pasado mes de agosto en la prestigiosa revista The Lancet, existe una relación estadísticamente significativa entre la concentración de glucosa a las dos horas de ser ingerida y el riesgo de morbilidad

por enfermedad cardiovascular, siendo más elevado el riesgo de sufrir un accidente cardiovascular en los momentos en que la glucosa es más elevada.

Este es un hecho que tiene la importante implicación de controlar la glucosa posprandial en personas diabéticas -más aún que la basal- y así poder detectarla en personas que no están diagnosticadas y que tienen un elevado riesgo cardiovascular.

DISTINTAS VARIANTES

Los tipos más importantes

■ Aunque genéricamente se habla de la diabetes como una única enfermedad, en realidad existen distintas variantes de esta patología con diagnóstico, prevalencia y tratamientos diferenciados. Los dos tipos de diabetes más importantes son la tipo 1 y la tipo 2. En el caso de la diabetes tipo 1 el diagnóstico es relativamente sencillo, dado que los pacientes suelen tener una sintomatología bastante acusada. Entre sus principales síntomas destacan el tener mucha sed (polidipsia), apetito (polifagia) y orinar abundantemente (poliuria). Además, pueden perder peso y sentirse cansados, lo que les obliga a acudir al médico, quien, mediante un análisis de glucosa en sangre, confirma la existencia de la enfermedad. Junto a la inyección de in-

ulina de por vida, el tratamiento de las personas que padecen diabetes tipo 1 requiere el seguimiento de una dieta, en la que se controle la cantidad de hidratos de carbono ingeridos, así como de la práctica regular de ejercicio físico. Al contrario que el tipo 1, en la diabetes tipo 2 no hay una destrucción de las células beta del páncreas, sino una disminución de la secreción de insulina o una dificultad de la misma para llevar la glucosa hasta el interior de las células, mientras que el páncreas continúa produciendo insulina. En la aparición de este tipo de diabetes se observa también una susceptibilidad genética, aunque factores como la obesidad, el sedentarismo y los hábitos alimenticios juegan un papel importante.



CLÍNICA ESPECIALIZADA EN TERAPIAS DEL DOLOR Y DEL EQUILIBRIO
Dr. MARCO Fco. PAYÁ

Médico Colegiado Diplomado por la Facultad de Medicina de Montpellier
Migrañas, secuelas dolorosas, Mareos, Neuralgias, Jaquecas, Problemas de huesos, Fibromialgia, Reuma, herpes Zooster, chequeos de columna, tratamientos para la psoriasis, Rehabilitación.

Bloqueos de espalda
NUESTROS RESULTADOS SON NUESTRA MEJOR PUBLICIDAD

C/ Arquitecto Morell, 10. 1º A
E 03003 ALICANTE
Tel.: 965 98 51 81
FRENTE CORTE INGLES