O.J.D.: 57552
E.G.M.: 166000
Tarifa (€): 9038

Supertele

Fecha: 04/12/2010
Sección: VIDA SANA
Páginas: 76,77

vida sana

SONIA GUIJARRO

Toma el control

Para detectar la diabetes infantil (Tipo 1), hay que conocer sus síntomas. Sed, cansancio, pérdida de peso y micciones constantes pueden ser la señal.

Casi la mitad de los niños con diabetes en España, llega al hospital cuando su metabolismo presenta cetoacedosis, una alteración muy grave que, sin embargo, puede detectarse a tiempo si sabemos reconocer unos síntomas, que, por otra parte, son muy evidentes. En los críos, la diabetes aparece de forma abrupta, por lo que hay que estar aún más alerta para que no pasen los días sin actuar. A veces un análisis de sangre con cierto valor al alza del azúcar no es suficiente, el ingreso se demora a la espera de más pruebas y el diagnóstico se retrasa más de lo recomendado.

La tardanza en el diagnóstico provoca que el 51,7% de los niños ingrese grave

Pues bien, si tu hijo tiene una sed desmesurada, acude demasiadas veces al baño –incluso vuelve a mojar la cama por la noche–, adelgaza de forma injustificada y está más cansado de lo normal, debes consultar a tu médico lo antes posible. Con una sencilla prueba de medición que se realiza en un dedo de la mano, sabrás si puedes descartar o no cualquier problema de este tipo.

La diabetes Mellitus Tipo 1 es una enfermedad crónica, la más frecuente en la infancia, que se caracteriza por la falta de producción de insulina por parte del páncreas, lo que hace que aumente la glucosa en sangre. Para mantener los valores a raya –que en estos pacientes están elevados– son necesarios los controles de glucemia capilar varias veces al día, inyectarse insulina, llevar una dieta sin azúcares y hacer ejercicio. En los pequeños, el debut es rápido, con pocas semanas de evolución y hay que actuar antes de que se complique.

Para concienciar a la sociedad y dar cuanto antes con el diagnóstico correcto, la Fundación para la Diabetes, la Sociedad Española de Endocrinología Pediátrica y el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos han puesto en marcha la campaña Conoce los síntomas de la diabetes. Pídeles consejo ante la menor duda.

¿Qué es la cetoacedosis?

Mari Carmen Marín, directora ejecutiva de la Fundación para la Diabetes, considera que "el modo en que se produce el primer contacto con la diabetes es clave para empezar un tratamiento correcto. Por eso es básico que los ciudadanos conozcan los síntomas iniciales".

- **En apenas tres semanas** desde que aparecen los primeros indicios, la diabetes evoluciona a cetoacedosis, una alteración metabólica grave que descompensa muchos valores y pone en peligro al niño. De hecho, muchos necesitan un ingreso en la UCI para estabilizarse.

¿Cómo lo descubrimos?

Las señales más visibles de la diabetes, una enfermedad silenciosa 'que no duele', son:

- **Sed intensa.** El niño bebe agua más a menudo, e incluso, por las noches se levanta sediento.
- **Necesidad de orinar con mucha frecuencia.** Este síntoma no pasa inadvertido durante la noche, porque en la mayoría de los casos se levantan cinco y seis veces.
- **Pérdida de peso** sin causa aparente. Si observas que está más delgado, y no lo puedes achacar al estirón ni al aumento de actividad física, hazle la prueba de la glucosa en el Centro de Salud. En cinco segundos sabrás si tiene diabetes o no.
- **El dolor abdominal** y los vómitos con malestar general también se presentan en algunos casos.
- **Un cansancio excesivo** con visión borrosa incluida puede revelar que los valores de azúcar llevan más altos de lo normal muchos días.
- **En los más pequeños** es más difícil averiguarlo, pero un síntoma inequívoco es que vuelven a mojar la cama, cuando ya hace tiempo que controlaban los esfínteres.

O.J.D.: 57552
E.G.M.: 166000
Tarifa (€): 9038

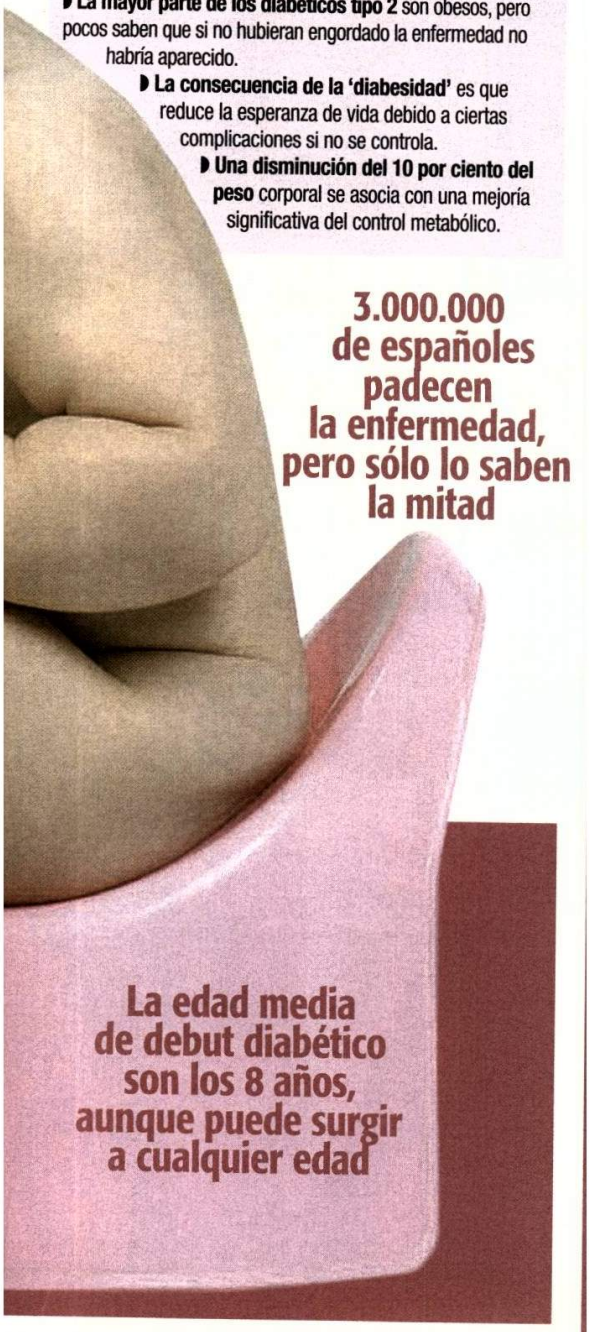
Supertele

Fecha: 04/12/2010
Sección: VIDA SANA
Páginas: 76,77

Obesidad vs. diabetes

El 8 por ciento de la población adulta tiene diabetes tipo 2, diferente a la de la infancia pero con el mismo desarrollo, y que, con los años, termina por necesitar insulina inyectada.

- **La mayor parte de los diabéticos tipo 2** son obesos, pero pocos saben que si no hubieran engordado la enfermedad no habría aparecido.
- **La consecuencia de la 'diabesidad'** es que reduce la esperanza de vida debido a ciertas complicaciones si no se controla.
- **Una disminución del 10 por ciento del peso** corporal se asocia con una mejoría significativa del control metabólico.



3.000.000 de españoles padecen la enfermedad, pero sólo lo saben la mitad

La edad media de debut diabético son los 8 años, aunque puede surgir a cualquier edad