



Martes, 19 de Junio de 2001

LA RIOJA

"Cuatro de cada cien riojanos padecen diabetes sin saberlo"

La Asociación de Diabéticos regional organiza una campaña informativa para el control de colesterol del colectivo

M. SCHMITT LOGROÑO

La Asociación de Diabéticos de La Rioja presentó ayer en rueda de prensa una campaña para concienciar a la población acerca de la importancia de que los enfermos diabéticos controlen sus niveles de colesterol. Bajo el lema "En Diabetes, cuidar tu colesterol es bueno" los responsables de la iniciativa -que se desarrolla en todo el territorio- han programado una conferencia abierta hoy, a partir de las 19,30 horas, en el Centro Cultural Ibercaja.

A campaña que lleva a cabo la Asociación de Diabéticos de La Rioja persigue difundir el alto riesgo cardiovascular que tiene un enfermo diabético y reclama que se preste más atención a los niveles de colesterol. Esta iniciativa, que se está desarrollando en 19 ciudades españolas, consiste en ruedas de prensa y distintas conferencias (en Logroño, será hoy, a las 19,30 en el Centro Cultural Ibercaja), en las que se repartirá un tríptico informativo.

"La causa principal de mortalidad de los enfermos diabéticos son las enfermedades cardiovasculares, en un 70 por ciento", explicó el doctor Ángel Brea, responsable de la Unidad de Lípidos del Hospital San Pedro. "Por ello, es importante difundir el tratamiento del colesterol a quienes padecen la enfermedad", agregó. De esta manera, el especialista explicó que los varones diabéticos tienen de dos a tres veces más riesgo que un hombre normal, y que las mujeres, de tres a cinco veces.

Según señaló Brea, "en estos casos, no sirve controlar el nivel de azúcar, sino conseguir los adecuados niveles de colesterol, tanto del 'malo' (LDL) como el 'bueno' (HDL), elevándolo". Por ello, con respecto a la población en general, los diabéticos deben tener el colesterol 'malo' más bajo (menor de 10 miligramos por decilitro) y el 'bueno' más alto, superior a 35 mg. por decilitro.

Medidas preventivas

Las medidas que sirven para disminuir los riesgos cardiovasculares consisten en una mejora de los estilos de vida: "Los pacientes diabéticos no deben fumar, tienen que controlar su peso, seguir una dieta diabética ajustada a las calorías que necesite para su actividad física, disminuyendo el consumo de grasas saturadas -productos cárnicos, grasas de origen animal, algunas de origen vegetal utilizadas en reposterías industriales-, evitar el sedentarismo y, en algunos casos, instaurar un tratamiento de fármacos", indicó Brea.

Según el especialista, de esta forma, habrá una reducción de la mortalidad, sobre todo en pacientes que ya han tenido problemas coronarios. "También bajará el número de hospitalizaciones en el 40 por ciento. Los diabéticos no sólo sufren más infartos, sino que además tienen una peor evolución y requieren más días de hospitalización y más maniobras instrumentales", añadió. Según sus datos, los costes sanitarios de la diabetes en España se estiman en 500.000 millones de pesetas, desde 1994, "un dinero que podría ahorrarse con campañas preventivas para lograr que nuestros diabéticos tengan unos mejores niveles que les permitan tener una menor incidencia de problemas coronarios".