

# EL RETO

**OBESIDAD Y DIABETES, UNA PELIGROSA RELACIÓN EXPONENCIAL  
PREVENIR EL DAÑO MICRO Y MACROVASCULAR, UN OBJETIVO MÁS DEL ABORDAJE  
EN ESPAÑA LA DIABETES GENERA UN GASTO DE CASI 8.000 MILLONES DE EUROS**

Aparte de la edad y la genética, el sobrepeso y la obesidad y el sedentarismo son los principales factores de riesgo de la diabetes tipo 2, cuya prevalencia no deja de aumentar en los países occidentales. En España afecta a casi el 14 por ciento de la población adulta, es decir, a más de cua-

tro millones y medio de personas. Según los expertos, el reto en el abordaje de esta patología es, en primer lugar, actuar sobre la obesidad, implementando programas educativos desde la infancia y aprobando medidas políticas para facilitar el acceso a la comida sana. En esa lista de

retos, las prioridades son abordar otros factores de riesgo, como la hipertensión, el tabaquismo y la dislipemia, para evitar los daños microvasculares (retinopatía, nefropatía y neuropatía) y macrovasculares (enfermedad cardiovascular).

## PREVENIR LA OBESIDAD MARCA PRIORIDADES

**MÁS DEL 70 POR CIENTO DE DIABÉTICOS TIPO 2 TIENE SOBREPESO ELEVADO U OBESIDAD**

**ANTONIO MIXOY**  
redaccion@correoafarmacologico.com

El estudio *Di@bet.es*, del Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas, puso fin en 2011 a las incógnitas acerca de la prevalencia de la diabetes en España, que se sitúa en el 13,8 por ciento de la población mayor de 18 años, lo que corresponde a 4,6 millones de personas. En el estudio también se recogen datos sobre la prevalencia de la prediabetes. Así, el 9,2 por ciento (3,2 millones) presenta tolerancia anormal a la glucosa y el 3,4 (1,4 millones), glucemia basal alterada. Tanto en diabetes como en prediabetes "hay una relación lineal entre el aumento del índice de masa corporal (IMC) y diabetes", afirma Alberto Goday, coautor del estudio y jefe de Sección de Endocrinología y Nutrición del Hospital del Mar (Barcelona).

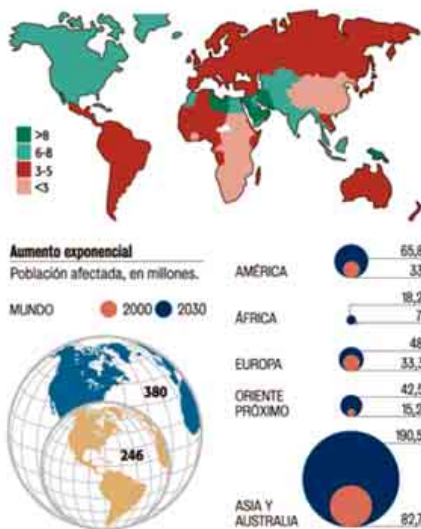
Por este motivo, los expertos coinciden en que el principal reto en la lucha contra esta patología es prevenir la obesidad y el sobrepeso. De hecho, más del 70 por ciento de diabéticos tipo 2 (DM2) tiene sobrepeso elevado u obesidad.

### CUANTO ANTES, MEJOR

"Esta prevención hay que iniciarla de forma temprana, antes de que se desencadene la escalada del sobrepeso a la obesidad y de la resistencia a la insulina a la diabetes", señala Susana Monereo, responsable de la Unidad de Endocrinología y

### OTRA EPIDEMIA PARA LA POBLACIÓN MUNDIAL

Datos de prevalencia de la diabetes en el mundo, cómo ha evolucionado en los últimos años y estimaciones de como lo hará en el futuro, y estadísticas sobre la relación entre diabetes y obesidad.



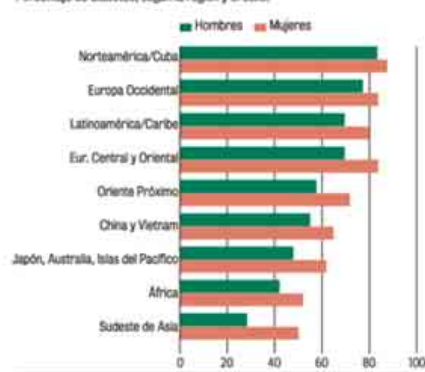
Fuente: Novo Nordisk.

Nutrición del Hospital Universitario de Getafe, en Madrid. Por ello, recomienda

que incluso las personas con normopeso hagan ejercicio y cuiden su dieta.

### Diabetes atribuible al aumento de peso

Porcentaje de diabetes, según la región y el sexo.



Fuente: Novo Nordisk.

▶ La enfermedad cardiovascular causa la muerte a la mitad de los diabéticos. Además, el 20 por ciento de enfermos sufre nefropatía y el 24, neuropatía

En la misma línea se expresa Carlos Ortega, del Grupo de Diabetes de la So-

ciudad Andaluza de Medicina Familiar y Comunitaria, para quien "erradicar estilos de vida no saludables exige actuar desde la infancia con programas educativos en todas las instancias sociales". Y Goday reclama mayor implicación política para que la comida sana sea más accesible, "otorgándole un IVA más reducido o dejándola exenta".

Una vez diagnosticada la enfermedad, una atención integral "exige el control riguroso del resto de factores

de riesgo cardiovascular: hipertensión, dislipemia, sedentarismo y tabaquismo", subraya Martín López de la Torre, coordinador del Grupo de Diabetes de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición. Como se recoge en la *Estrategia en diabetes* del Sistema Nacional de Salud, la enfermedad cardiovascular causa la muerte en al menos la mitad de los diabéticos tipo 2. Además, la retinopatía diabética tiene una prevalencia del 40 por ciento, mientras que la nefropatía afecta al 20 por ciento de los diabéticos y la neuropatía y el pie diabético, al 24.

Estos datos dan idea del impacto de estas complicaciones y del insuficiente control de la enfermedad. De hecho, un estudio catalán publicado en *Diabetes Care* en 2012 concluyó que sólo el 12,9 por ciento de 286.000 pacientes con DM2 presentaba un buen control de las cifras de hemoglobina glicosilada, presión arterial y colesterol LDL en prevención primaria, y el 12,1 por ciento, en prevención secundaria. ¿Qué falla? Según López de la Torre, "el enfermo, que incumple la terapia y no modifica hábitos de vida, y el médico, con su falta de insistencia y su inercia terapéutica, entendida como la no modificación de la terapia ante un mal control de los factores de riesgo". También matiza que hay pacientes "que no se pueden controlar a pesar de emplear todos los recursos y esfuerzos".

## GRAN IMPACTO ECONÓMICO

En Europa se registró en 2010 un coste medio por paciente con diabetes tipo 2 (DM2) de 2.800 euros/año. En España estas cifras bailan, según las investigaciones. Así, el estudio *CODE-2*

de 1999 sitúa el coste directo medio por paciente con DM2 en 1.305 euros/año, del que un 42 por ciento corresponde a gastos de farmacia, el 32, a hospitalizaciones y el 26, a atención ambulatoria.

Otro trabajo, coordinado en 2002 por Susana Monereo, del Hospital de Getafe (Madrid), señala un coste medio por paciente de entre 1.290 y 1.476 euros/año. El trabajo más reciente, de 2009 (López-Bastida y colaboradores), cifró el coste total de la diabetes en España en 7.945 millones de euros.