

La diabetes es un problema creciente de salud pública

Más de 18 millones de estadounidenses tienen diabetes. La diabetes, que es ya la sexta causa principal de muerte en Estados Unidos, es responsable de la muerte de más de 200,000 personas cada año. El número de adultos estadounidenses a los que se les ha diagnosticado diabetes, que incluye a mujeres con diabetes gestacional (diabetes que se presenta durante el embarazo), se ha incrementado en un 61% desde 1991 y se calcula que aumente a más del doble para el año 2050.

Las personas con diabetes no producen suficiente insulina o la utilizan inadecuadamente. La insulina es una hormona que permite que la glucosa (el azúcar) sea transportada a las células y se transforme en energía. Cuando la diabetes no es tratada, el azúcar y las grasas permanecen en la sangre y, con el correr del tiempo, dañan varios órganos vitales. La diabetes puede causar enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares (derames cerebrales), ceguera, insuficiencia renal, complicaciones durante el embarazo, amputación de las extremidades inferiores, así como fallecimientos relacionados con la gripe y neumonía. Los 5.2 millones de estadounidenses que ignoran que tienen diabetes son particularmente vulnerables a estas complicaciones.

Hay dos tipos principales de diabetes. El tipo 1, que aparece con mayor frecuencia durante la infancia o la adolescencia. La diabetes tipo 2, que está vinculada a la obesidad y a la falta de actividad física, representa entre el 90 y el 95 por ciento de los casos de diabetes y en la mayoría de los casos afecta a personas mayores de 40 años. Sin embargo, ya no se considera una enfermedad que afecta solo a los adultos. El tipo 2 se ve ahora en personas cada vez más jóvenes e incluso en niños y adolescentes.

La diabetes tiene sus efectos mayores en los ancianos, las mujeres y en algunos grupos raciales y étnicos. Uno de cada cinco adultos mayores de 65 años padece de diabetes. Los adultos afro-americanos, hispanos, indios americanos y nativos de Alaska tienen una probabilidad entre dos y tres veces más alta que los adultos blancos de padecer de diabetes.

Además de los millones de estadounidenses con diabetes, se estima que 16 millones de adultos en EE.UU. entre 40 y 74 años de edad tienen prediabetes, es decir, que su nivel de azúcar en la sangre es elevado, pero no lo suficiente como para ser clasificado como diabetes. Las personas con prediabetes tienen un alto riesgo de que esta afección se convierta en diabetes.

La diabetes le cuesta al país cerca de 132,000 millones de dólares al año, 92,000 millones de los cuales por concepto de gastos médicos directos y 40,000 millones por gastos indirectos como consecuencia de la pérdida de productividad. El costo promedio anual por concepto de atención médica de una persona con diabetes ascendió a \$13,243 en 2002, en comparación con \$2,560 para una persona que no sufre de diabetes. Los gastos por concepto de diabetes representaron el 11% de los gastos del sector salud a nivel nacional durante el año 2002.

Muchas de las complicaciones de la diabetes se pueden prevenir

Si bien la carga que significan las complicaciones de la diabetes es cada vez más alarmante, gran parte de ella podría prevenirse con una detección temprana, mejores servicios de salud y una mejor educación sobre el auto control de la diabetes. Los siguientes son ejemplos de complicaciones relacionadas con la diabetes que podrían ser prevenidas o reducidas.

Enfermedades de los ojos y ceguera. Cada año, entre 12 mil y 24 mil personas pierden la vista en este país a causa de enfermedades de los ojos provocadas por la diabetes. Los exámenes oftalmológicos periódicos así como un tratamiento a tiempo pueden prevenir hasta el 90% de los casos de ceguera causados por la diabetes; sin embargo, sólo al 64.2% de las personas con diabetes se les hizo examen de los ojos con dilatación de pupila en 2002.

Enfermedades renales. Alrededor de 42,813 personas con diabetes sufren de insuficiencia renal cada año y más de 100,000 reciben tratamiento para esta enfermedad. El tratamiento para controlar la presión sanguínea y los niveles de glucosa en la sangre puede reducir en cerca del 50% la tasa de insuficiencia renal relacionada con la diabetes.

Amputaciones. Cerca de 82,000 personas sufren amputación de pierna, pie o dedos del pie cada año como consecuencia de la diabetes. Los programas de atención de los pies en los que se incluyen exámenes periódicos así como la educación del paciente pueden evitar hasta un 85% de estas amputaciones.

Enfermedades cardiovasculares. Las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares (derrames cerebrales) causan la muerte de cerca del 65% de las personas que sufren de diabetes. Estas muertes podrían reducirse en un 30% mediante mejores tratamientos para controlar la presión sanguínea, la glucosa en la sangre y los niveles de colesterol en la sangre.

Complicaciones del embarazo. Cerca de 18,000 mujeres con diabetes preexistente y alrededor de 135,000 mujeres con diabetes gestacional tienen bebés cada año. Estas mujeres, así como sus hijos, se enfrentan a un riesgo mayor de complicaciones tales como partos de niños sin vida, deformaciones congénitas y una mayor necesidad de realizar cesáreas. Las mujeres que sufren de diabetes gestacional y sus hijos también tienen un mayor riesgo de sufrir de obesidad y de contraer diabetes posteriormente. Estos riesgos pueden reducirse con exámenes de diagnóstico y atención especializada antes, durante y después del embarazo.

Muertes relacionadas con la gripe y neumonía. Cada año, entre 10 mil y 30 mil personas con diabetes fallecen a causa de complicaciones de la gripe o la neumonía. Tienen una probabilidad aproximadamente tres veces mayor de perder la vida a causa de estas complicaciones que las personas que no padecen de diabetes; sin embargo, solo un 55% de las personas con diabetes se ponen la vacuna contra la gripe cada año.

Reprinted with permission from the National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Division of Diabetes.

For more information, go to www.cdc.gov/diabetes/spanish/glance.htm