

# Diabetes: La epidemia del nuevo milenio

Por: Dr. Marcelo Ezquer.

**Fecha publicación: 13 septiembre 2006**

(Nota: Al situar el cursor sobre la(s) palabra(s) destacada(s) se desplegará un comentario y/o significado de la(s) misma(s)).

El próximo 14 de noviembre se conmemora el día mundial de la diabetes, creado en 1991 como un medio para aumentar la concientización global sobre la diabetes, y dirigir la atención hacia las causas, síntomas, complicaciones y tratamientos de esta grave enfermedad que se encuentra en marcado aumento en todo el mundo.

La diabetes se clasifica en 2 tipos principales:

Tipo I: ocurre cuando el páncreas no produce insulina o lo hace en niveles muy bajos, esta hormona es necesaria para la incorporación de glucosa en las células (y convertir los alimentos en energía); por lo que las personas con este tipo de diabetes necesitan administrarse insulina regularmente. Esta enfermedad generalmente se desarrolla en personas jóvenes, menores de 25 años.

Tipo II: representa el 90% de los casos de diabetes, y se caracteriza por el desarrollo de una marcada resistencia a la insulina, acompañada de una insuficiente producción de insulina.

Otra forma de diabetes, es la que se conoce como diabetes gestacional; algunas mujeres embarazadas desarrollan esta enfermedad que se caracterizan por la resistencia que el cuerpo presenta a la insulina. Aunque esta diabetes generalmente desaparece después de dar a luz, la mitad de las mujeres que han tenido este tipo de diabetes desarrollarán diabetes tipo II en los años siguientes.

La diabetes tipo II ha alcanzado proporciones epidémicas en muchas naciones en vías de desarrollo y en la mayoría de las naciones desarrolladas; los cálculos más conservadores pronostican que para el año 2025, 333 millones de personas se verán afectadas por esta enfermedad; si bien se prevé que el aumento tenga lugar en todas las naciones, los países en vías de desarrollo serán los más afectados; lo que convierte a esta enfermedad en una de las principales amenazas para la salud humana en el siglo XXI.

Hasta hace poco tiempo se consideraba la diabetes tipo II como una enfermedad exclusiva de la madurez; sin embargo, su aparición es cada vez más frecuente entre personas de 20-30 años, y lo que es peor aún, la epidemia tiene una nueva característica: la preocupante aparición de diabetes tipo II en niños y adolescentes. Este desarrollo precoz de la diabetes constituye un grave problema de salud pública ya que adelanta la aparición de la amplia gama de complicaciones micro y/o macrovasculares asociadas a la enfermedad entre las que se incluyen la ceguera, falla renal, amputación de miembros inferiores y muerte por enfermedades cardiovasculares.

En el mundo, anualmente se invierten millones de dólares en investigación, destinados tanto a mejorar la calidad de vida de los pacientes (estudios de las complicaciones asociadas a la diabetes), como a encontrar la cura para la enfermedad; en la actualidad las alternativas más prometedoras son el trasplante de islotes, la terapia génica, y la formación o regeneración de células beta.

En nuestra Universidad, en el Instituto de Ciencias de la Facultad de Medicina se estudia la aplicación de la medicina regenerativa, basada en el uso de células troncales adultas, para el tratamiento definitivo de la diabetes y sus complicaciones.

Por otra parte, se ha demostrado que un estilo de vida sedentario (asociado a la obesidad y falta de ejercicio) y la diabetes tipo II están estrechamente vinculados por lo que el riesgo de desarrollar esta enfermedad se puede reducir dramáticamente mediante modificaciones en el estilo de vida, independientemente del componente genético.

En este sentido, en Chile, en los últimos años se ha triplicado el número de niños con obesidad infantil, casi el 30% de los niños en edad escolar son obesos y, por lo tanto, tienen 10 veces más probabilidades de desarrollar esta enfermedad y sus complicaciones; el problema no sólo es consecuencia de una alimentación inadecuada, sino que, en gran medida, de la escasa actividad física que se realiza diariamente. Esta es una tendencia mundial, especialmente en países desarrollados como EEUU.

Por lo tanto la mejor estrategia (y con mejor relación costo/beneficio) para frenar la diabetes tipo II consiste en realizar campañas de educación masivas que desarrollen hábitos saludables en una etapa temprana; especialmente

destinadas a modificar el estilo de vida y las situaciones socio ambientales de riesgo como obesidad, sedentarismo y consumo de medicamentos diabetogénicos (corticoides etc.); así como una correcta educación de los pacientes ya afectados para lograr un control metabólico óptimo, con el fin de prevenir o retardar la aparición de complicaciones