

«Ojo con la diabetes»: un día mundial dedicado a la retinopatía

“
La retinopatía
diabética
constituye
actualmente la
principal causa
de ceguera
en los países
desarrollados”

El Día Mundial de la Diabetes 2016 está dedicado a una de las complicaciones más graves e invalidantes de esta enfermedad, la retinopatía diabética, que según recuerda la Federación Internacional de Diabetes (FID), organizadora de esta jornada de concienciación, constituye actualmente la principal causa de ceguera en los países desarrollados.

En el reportaje incluido en este número de *7DM*, dedicado al Día Mundial, encontramos cifras escalofriantes que ponen de relieve no solamente la magnitud del problema sino el hecho de que su crecimiento es implacable.

En 1980 había en el planeta unos 180 millones de personas con diabetes. En la presente década, la cifra supera ya los 400 millones. Y para 2040 se calcula que habrá aumentado a 640 millones.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) atribuye directamente a la enfermedad 1,5 millones de defunciones anuales, pero recuerda que también está implicada en otros 2,2 millones de fallecimientos por enfermedades cardiovasculares y otras patologías. En total, 3,7 millones de muertes.

En cuanto a la retinopatía diabética en sí, uno de cada tres diabéticos desarrollará pérdida de visión en menor o mayor medida.

Pero a pesar de esta espeluznante avalancha de números hay un mensaje claro y diáfano que es necesario enviar a la población y todos los sectores involucrados en la lucha contra esta enfermedad: prevención.

La diabetes tipo 2, que representa alrededor del 90% de los casos, se puede prevenir. Mantener un peso corporal adecuado y evitar el sedentarismo puede evitar el desarrollo de la enfermedad. Y en los casos en los que ya se ha desarrollado, la detección temprana y un adecuado control ayudarán a prevenir las temidas complicaciones de la diabetes, como la citada retinopatía, las enfermedades cardiovasculares, la enfermedad renal, el pie diabético o la neuropatía.

Avanzar en este sentido significa incrementar la concienciación sobre el grave problema de salud que representa la diabetes. Y significa también que la implicación de todas las partes debe mejorar, desde los políticos que toman decisiones en materia de salud hasta los profesionales sanitarios –médicos, enfermería, educadores...– y los propios pacientes.

La atención primaria, tal como explica el médico de familia experto en diabetes al que hemos entrevistado, Josep Franch, tiene un rol fundamental que desempeñar. Por una parte, en la detección de todos esos casos de diabetes que aún no están diagnosticados, que globalmente se estima en la mitad de afectados y en España por encima del 40%. Por otra, en el adecuado control de los niveles de glucosa de los pacientes –para ello existe actualmente un abundante arsenal terapéutico que se ha demostrado efectivo– y de otros factores de riesgo que ayuden a prevenir las complicaciones. Y naturalmente, en la detección precoz de tales complicaciones, algunas de ellas sencillas de identificar a tiempo, como es el caso de la retinopatía que protagoniza este año el Día Mundial.

Finalmente, no hay que olvidar el papel de los propios pacientes. Nunca está de más insistir en que la educación para la salud es fundamental para avanzar en la lucha contra las enfermedades, lo mismo que asumir la responsabilidad sobre la propia salud, cumpliendo adecuadamente con los tratamientos prescritos o siguiendo estilos de vida saludables.

Por todo ello, aunque no debemos olvidar el gran impacto de la diabetes en términos de morbilidad, también es preciso recordar –actuar– que muchas muertes, muchas complicaciones y muchos casos son prevenibles con la implicación de todos. ■