



Las personas con diabetes tipo II que no controlan adecuadamente su nivel de azúcar en sangre tienen una mayor probabilidad de trastornos cognitivos, según un estudio realizado por investigadores de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH).

El equipo dirigido por la doctora Ixchel Herrera Guzmán estudió la relación entre alteraciones cognitivas y el control de azúcar en sangre en 60 sujetos de 40 a 55 años de edad, en una Unidad de Medicina Familiar del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

Todos tenían diabetes tipo II y la mitad habían pasado por escenarios de hiperglucemia, un indicador de alto nivel de azúcar en la sangre y que hace que disminuya el flujo sanguíneo y otros nutrientes para el sistema nervioso central (proteínas y oxígeno) provocando que no se aporten al cerebro y produzcan trastornos en el funcionamiento del mismo.

Para evaluar la disfunción cognitiva, los investigadores utilizaron varias pruebas de uso frecuente, como el miniexamen del estado mental (MMSE, en inglés) y pruebas estándares de dibujo. Se midió también el nivel de depresión y discapacidad funcional de los participantes.

Entre los resultados se halló que más de un tercio de los participantes obtuvo calificaciones bajas en las pruebas de dibujo y esos resultados fueron iguales a los de la función cognitiva.

Esto sugiere la existencia de una relación entre el trastorno cognitivo y el mal control de azúcar en sangre, destacó la doctora Herrera Guzmán.

En total, el 50 por ciento tenía déficit de memoria verbal, visual, atención y eficiencia psicomotora. No se registró ninguna relación entre la depresión y el control de azúcar en sangre.

Herrera Guzmán dijo que los hallazgos indican que las personas con diabetes se deben vigilar estrechamente para ver si presentan molestias o síntomas cognitivos, ya que la alteración cognitiva podría afectar también la capacidad para el control de la diabetes.

Explicó que pueden pasar entre 15 y 20 años antes de que el paciente diabético desarrolle algún problema cognitivo, ya que la diabetes es una enfermedad muy lenta que tiende a disminuir algunas de las capacidades cerebrales precisamente relacionadas directamente con el control de su glucosa.

Si bien aún no hay una cura para la diabetes, es necesario adoptar algunas medidas que ayudan a prevenir estas afectaciones. Al respecto, la doctora Herrera Guzmán dijo que es importante evitar el sedentarismo y dejar de fumar, pero sobre todo mantener los niveles de glucosa bajo control.

También enfatizó que debe mantenerse la mente en acción. Mientras la persona tenga estimulación cognitiva, como hacer crucigramas, dibujar y regar las plantas, el cerebro estará en funcionamiento.

La doctora Herrera Guzmán agregó que este estudio permitió a los investigadores conocer mejor los procesos involucrados con la diabetes, como los problemas de función cognitiva y de memoria que los acercan aún más para controlar de manera eficaz el padecimiento.

Adriana Estrada