



La mayoría de los mexicanos albergan amibas, lombrices y otros microbios en sus intestinos y en el caso de personas que viven con diabetes estos bichos pueden provocar complicaciones en su enfermedad si no se detectan a tiempo.

“Siempre estamos expuestos a este tipo de parásitos si comemos alguna vez en la calle y si no se tiene la debida higiene con los alimentos, ya que la vía de entrada de estos parásitos es la boca”, explico el doctor José Alejandro Amado, médico general del Colegio Nacional de Médicos Generales y Familiares.

También explicó que estos bichos se alimentan de la sangre y de los nutrientes que se consumen en los alimentos, los cuales aportan energía al organismo, de manera que de no atenderse a tiempo pueden provocar incluso anemia.

En el caso de personas que viven con diabetes, los parásitos intestinales en ocasiones inducen diarrea o vómito, lo que puede provocar un descontrol en sus niveles de azúcar aunque la persona haya tomado sus medicamentos, y en casos extremos caer en una hipoglucemia que ocurre cuando está demasiada baja su glucosa.

Una segunda complicación que mencionó el especialista es que el paciente va a necesitar de más insulina para controlar su azúcar, pues el organismo no está adsorbiendo bien el medicamento por la diarrea o el vómito.

Destacó que los parásitos principalmente se albergan en hortalizas que fueron regadas con aguas negras, y si los animales de engorda toman agua contaminada también pueden tener este tipo de bichos y pasarlos a nosotros.

Asimismo, dijo que la basura a cielo abierto es igualmente un foco de infección de parásitos, ya que en muchas ocasiones se tiran heces fecales en los pañales sucios y los baños públicos pueden estar contaminados con estos microorganismos.

El médico, con maestría en Administración de Sistemas de la Salud en la Universidad Nacional Autónoma de México, reveló que el 70 por ciento de la población tiene algún tipo de parásito intestinal, es decir, 7 de cada 10 personas.

Recomendó lavarse las manos antes de comer y de preparar alimentos, así como después de ir al baño, lavar bien tinacos y cisternas, hervir el agua para beber; en el caso de los alimentos que estén perfectamente lavados y desinfectarlos con gotas de cloro o de yodo y que estén bien cocidos para evitar cualquier infección.

Destacó que los síntomas que se presentan pueden ser dolor abdominal, estreñimiento, o diarrea, cansancio, falta de concentración, aunque también estas señales pueden ser causa de otras enfermedades como la gastritis o colitis, por ejemplo.

Explicó que los principales parásitos que afectan a las personas son amiba, lombrices y solitarias, las más famosas y grandes porque pueden llegar a medir metros.

De acuerdo con el doctor Amado es recomendable desparasitarse dos veces al año tomando algún tipo de medicamento que contenga sustancias activas y pueda eliminar estos parásitos del organismo. **Adriana Estrada**