



De dos en dos o de cuatro en cuatro, las cifras de la diabetes mellitus crecen cada año de tal manera que se prevé un impacto significativo en los diversos sistemas de salud pública y calidad de vida los pacientes. De hecho este padecimiento es ya una alerta en el mundo. Datos de la Organización Mundial de la Salud indican que en 2002 en el continente americano la diabetes afectaba a 34 millones de personas y para el 2025 la cifra alcanzaría los 64 millones.

Especialmente en México, su incidencia se ha elevado en los últimos años. La Secretaria de Salud reporta que de cada 100 decesos, 13 son atribuibles a la diabetes. Asimismo, en el año 2000 por esta causa fallecieron 25 mil 714 personas y de ellas casi 21 mil eran hombres. Para 2004 el número de fallecimientos se incrementó en 15 mil más.

Actualmente se estima que alrededor de 6,5 millones de mexicanos padecen diabetes y al menos un tercio sigue sin ser diagnosticado. Probablemente esas personas se enterarán ocho años después, que en promedio es el periodo de tiempo que transcurre entre la aparición de la enfermedad y su detección.

Uno de los principales factores que se acusan para el desarrollo de la diabetes tipo 2 es el hecho de que la población ha modificado sus hábitos alimenticios y estilo de vida, lo cual se traduce en una ingesta mayor de grasas y azúcares, combinada a la disminución de la actividad física. A ello se suma el factor genético, pues aquellas personas que cuentan con familiares diabéticos son más propensos a padecerla. Así, la Encuesta Nacional de Salud 2000 (ENSA) refiere que, por ejemplo, cuando ninguno de los padres contaba con la patología la prevalencia fue de 6.1 por ciento; si uno de ellos la tenía, entonces se elevaba a 10.2, y cuando ambos padres la presentaron, la prevalencia llegó a 19.5 por ciento.

Según la Federación Mexicana de Diabetes (FMD), el 65 por ciento de los pacientes son en mujeres. Asimismo, 12 por ciento de los enfermos tienen entre 40 y 50 años de edad.

Diferentes organizaciones internacionales dedicadas a la salud advierten del alto costo de la diabetes y no sólo en términos monetarios, que son elevados tanto para las personas como a los sistemas de salud, sino, principalmente, en el de la calidad de vida. Como pocas enfermedades, su detección tardía y un deficiente control de la misma afecta a otros sistemas del organismo, lo cual agrava la condición del enfermo.

La diabetes ocupa una serie de alarmantes primeros lugares. Por ejemplo, es la primera causa de muerte en edad productiva, así como de defunción hospitalaria. Es importante señalar que los decesos se relacionan fundamentalmente con sus complicaciones. Además, los elevados niveles de azúcar con el tiempo dañan los vasos sanguíneos y el sistema nervioso del cuerpo, lo que repercute en otras áreas del organismo como son piernas, pies, riñones y ojos.

La Federación Internacional de Diabetes informa que el 70 por ciento de las piernas amputadas en el mundo son causa de este padecimiento, y cada 30 segundos se realiza en el orbe una intervención por esa misma razón. En México, a su vez, es causa del 50 por ciento de las amputaciones no traumáticas.

En el caso del sistema ocular, la diabetes daña los minúsculos vasos de la retina debilitando sus paredes con lo que se desencadena un proceso que causa inflamación y con ello visión borrosa, hasta llegar a la posible pérdida de la vista. En el país se considera que es la principal causa de ceguera en adultos de entre 20 y 74 años de edad.

Sobre peso y obesidad

Sin conocer aún el mecanismo exacto, se ha determinado la existencia de una relación entre el peso corporal y el desarrollo de la diabetes. En México los cambios culturales en la alimentación así como el sedentarismo representan todo un reto a la salud. Se estima que dos terceras partes de las personas con diabetes cuentan, además, con obesidad, esto es, con una medición de cintura por arriba de los 102 centímetros en los hombres y 88 para las mujeres. Asimismo el 60 por ciento de la población del país presenta sobrepeso.

En el caso de los niños y jóvenes, pasar horas frente a la televisión, computadora o videojuegos, además del consumo de la llamada comida rápida o con elevados contenidos de grasa y carbohidratos, ha elevado la incidencia de la diabetes en este sector de la población

donde la obesidad alcanza el 27 por ciento.

Durante el Coloquio Internacional de Nutrición 2005 se reportó que en Estados Unidos el aporte energético proveniente de la comida rápida pasó de un dos por ciento en la década de los 70, a un 10 por ciento en los noventa. En tanto, el consumo de bebidas endulzadas subió entre la población juvenil en 74 por ciento y 65 para los del sexo masculino y femenino respectivamente. También se expuso que en Baja California el 90 por ciento de los niños y jóvenes consumen al día un refresco y 75 cenan alimentos con alto contenido de grasa. Otro dato presentado es que en el país sólo el tres por ciento de la población infantil practica ejercicio de forma intensa.

Es interesante observar que según la ENSA 2000, de los cinco estados con mayor índice de población adulta con obesidad, tres de ellos se ubican en la frontera norte (Coahuila, Tamaulipas y Baja California).