Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

Hoy, 14 de noviembre, se celebra el Día Mundial dedicado a esta enfermedad crónica

La Comunidad de Madrid recuerda que una dieta saludable y el ejercicio físico contribuyen a prevenir o retrasar la diabetes

- Los centros de salud de la región realizan seguimiento a más de 400.000 pacientes con esta dolencia, que afecta a más de un 8% de la población y, en mayor medida, a los hombres
- Los controles regulares a estos enfermos y las actividades de educación para la salud dirigidas a las personas diabéticas en Atención Primaria son claves en esta materia

14 de noviembre de 2021.- La Comunidad de Madrid recuerda que la adopción de un estilo de vida saludable puede prevenir o retrasar el desarrollo de la diabetes y aconseja a la población llevar una dieta rica en frutas y verduras, realizar ejercicio de forma regular, mantener un peso adecuado así como no fumar. Bajo el lema *Acceso a la atención de la diabetes*, hoy se celebra el Día Mundial dedicado a esta enfermedad crónica que, tras la hipertensión, es la que tiene mayor incidencia y afecta a entre un 8 y un 10% de la población entre 30 y 74 años.

La prevalencia de este tipo de dolencia en hombres es casi el doble que en mujeres: 12,3% frente a 6,4%. La diferencia entre sexos se amplía al analizar el porcentaje de toda la que hay sin diagnosticar: la desconocida, es decir cuando el paciente desconoce que la padece y la presenta un 4,3% de la población masculina frente al 1% de las mujeres, según indica la Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid.

La Consejería de Sanidad, a través de los centros de salud de Atención Primaria, incide en la prevención de esta dolencia, fomentando un estilo de vida saludable, especialmente en los primeros años de vida y, ya como adultos, con controles sistemáticos de peso y uno anual de glucosa en sangre a partir de los 45 años de edad.

Los centros de salud de la Comunidad de Madrid realizaron el año pasado seguimiento médico y enfermero a 403.483 pacientes con diabetes mellitus, o diabetes del adulto, que en gran parte es prevenible mediante estilos de vida saludables.

Además de los controles regulares a estos enfermos, también son muy importantes las actividades de educación para la salud dirigidas a las personas diabéticas que se realizan en el ámbito de Atención Primaria, a través del consejo individual en las consultas del médico o de enfermería y mediante intervenciones dirigidas a grupos de pacientes y en las que se les ayuda a conocer su enfermedad, actividades que se están recuperando en consonancia con la evolución de la pandemia por COVID-19.

TIPOS DE DIABETES

La diabetes es una enfermedad metabólica en la cual la cantidad de glucosa (azúcar) en la sangre está por encima de lo normal. Hay dos clases, la tipo 1, que se produce como consecuencia de la destrucción de las células que producen la insulina y que aparece sobre todo en jóvenes; y la tipo 2, también llamada diabetes del adulto, aunque es cada vez más frecuente en edades más jóvenes, y que se debe a la dificultad para la utilización de la insulina.