

Diabetes mellitus: Un tsunami en evolución



José L. Cangiano, MD

Nefrólogo

Director Médico, Centro de Diabetes para Puerto Rico

Puerto Rico está enfrentando grandes retos en el cuidado de la salud. Recientemente, se ha tenido que poner énfasis en las epidemias de enfermedades infecciosas como el chikungunya, el dengue y la influenza, así como en las medidas preventivas para una eventual presencia del fatídico virus de Ébola.

El “tsunami” de la diabetes

Desde luego, estas condiciones han producido un temor creciente y un impacto significativo en la calidad de vida y en el costo para mantener personas saludables y productivas. Sin embargo, debemos adquirir plena conciencia del “tsunami” que se acerca a Puerto Rico: esa “ola gigantesca” que es la diabetes mellitus. Al igual que las enfermedades infecciosas mencionadas, la diabetes puede crear problemas de salud pública y calidad de vida, inclusive con una repercusión mayor. La diabetes afecta tanto a niños como a adolescentes y adultos. Sus complicaciones vasculares, renales y visuales conllevan a ausencias en las escuelas, a una pérdida en la productividad y en los salarios y a una disminución en la expectativa de vida. A diferencia de las enfermedades infecciosas, que de algún modo pueden controlarse y erradicarse, la diabetes es una enfermedad crónica que compromete y amenaza persistentemente la vida.

Cifras sobre la pandemia de la diabetes

De hecho, en Puerto Rico la diabetes es la tercera causa de muerte y además, se sabe y se reconoce que un 66% de los pacientes en diálisis por enfermedad crónica renal son diabéticos. Indudablemente, estas cifras producen

una gran preocupación para el bienestar de nuestra población. Sin embargo, la peor noticia es que la diabetes ya se considera una pandemia en el mundo. Las cifras actuales revelan que 380 millones de personas en el mundo viven con diabetes y se estima que para el año 2035 habrá unos 592 millones afectadas por esta enfermedad. Se vislumbra también que en Asia y en la India la prevalencia aumentará en un 75% en las próximas dos décadas. Un estudio reciente en China identificó que un 50% de los adultos eran prediabéticos (493 millones). Estas cifras denotan el monumental problema que se acerca y clasifican a la diabetes como una emergencia mundial de salud.

Cifras en Puerto Rico

En Puerto Rico la prevalencia de diabetes ha alcanzado cifras exorbitantes en comparación con otras poblaciones. En el año 2012, la prevalencia en Puerto Rico se reportó en un 16,4%, afectando a más de medio millón de personas. En los Estados Unidos era de un 10%. En nuestra isla, la diabetes afecta más a la mujer que al hombre y, en general, se asocia a la obesidad y a personas con edad sobre los 65 años. Es también reconocido que las personas con ingresos por debajo de \$15000 anuales y aquellos que no han alcanzado un grado académico de escuela superior tienen mayor prevalencia. Para el año 2013 se reportó que el costo de diabetes en los Estados Unidos fue de 245 billones (176 billones de costo directo y 69 billones de productividad disminuida). Son cifras astronómicas que inevitablemente afectan el presupuesto nacional.

Repercusión de la diabetes

La diabetes se clasifica en tipo 1 y tipo 2. En años pasados, la diabetes más común en niños y adolescentes era la tipo 1 o diabetes juvenil, en la que el páncreas no produce insulina. Ante la presente epidemia de obesidad tanto en niños como adultos, el tipo 2 se ha vuelto más común en la niñez y adolescencia. El futuro de estos niños puede verse afectado por las complicaciones catastróficas de la diabetes, siendo esta la causa principal de fallo renal, amputaciones y ceguera. Ante este “tsunami” que amenaza nuestra salud es importante que evaluemos las soluciones para evitar el riesgo de dichas complicaciones incapacitantes. No debemos cruzarnos de brazos y simplemente esperar la llegada y el impacto de esta gran ola.

Esfuerzo social conjunto

Por ello, se debe unir los esfuerzos del Departamento de Salud, de la Legislatura, del Departamento de Educación, de los seguros de salud y de toda la ciudadanía en general para combatir esta terrible enfermedad. La detección precoz y la prevención son primordiales para evitar futuros estragos. Conjuntamente con el Centro de Diabetes para Puerto Rico, la Alianza de Enfermedades Crónicas, el Recinto de Ciencias Médicas, las cuatro Escuelas de Medicina, la Asociación de Diabetes, la Sociedad Pediátrica de Diabetes, la Sociedad de Endocrinología y Diabetología de Puerto Rico, así como otras asociaciones médicas relacionadas con este mal (nefrología, cardiología, medicina interna, entre otras) se pueden definir medidas de prevención y detección de diabetes en niños, adolescentes y adultos.

Medidas a considerar

Se deben considerar las siguientes iniciativas:

1. El Departamento de Salud podría establecer **mini-centros o clínicas de detección y prevención** de diabetes en diferentes pueblos, como San Juan, Ponce, Mayagüez, Aguadilla, Arecibo, Fajardo, Humacao, Caguas, Bayamón y Guayama. Estos centros contarían con el apoyo de los municipios locales así como del mismo Departamento de Salud. Los pacientes identificados serían referidos a programas de cambio de estilos de vida y/o a médicos primarios o a especialistas, dependiendo de la necesidad. Cada clínica estaría

equipada para determinar niveles de azúcar, hemoglobina glicosilada (como marcador de la diabetes y su control), presión arterial, grado de obesidad y creatinina en la sangre;

2. Establecer la diabetes como una enfermedad **catastrófica que requiere servicios especiales** por endocrinólogos cuando la hemoglobina glicosilada sobrepasa el 10%. A niveles elevados, las posibles complicaciones son mayores y se requiere un rápido control. Al controlarse esto, se puede referir al médico primario para asumir el cuidado clínico;
3. Identificar y visitar **25 escuelas de los grados 7^o al 10^o** para analizar a cada estudiante por su edad, peso, estatura, presión arterial, hemoglobina glicosilada, azúcar, creatinina y colesterol en sangre. De encontrar alguna anormalidad, se referiría a un médico.
4. Establecer **programas de prevención y educación a estudiantes** obesos prediabéticos. Se debe limitar el uso de juegos de video, y fomentar el deporte y la nutrición saludable en las escuelas;
5. **Educar a los padres y maestros** en el cuidado de salud de sus hijos y estudiantes; y
6. **Designar un epidemiólogo** para obtener y analizar la información obtenida por estas iniciativas para recomendar la expansión de estos programas donde la prevalencia sea mayor.

Comentario

Con estas medidas de detección y prevención se podrá aminorar el impacto de esta “ola gigantesca” que se acerca cual tsunami, y cuyas repercusiones en nuestra población en general pueden ser de tipo catastrófico. 