

Médicos alertan aumento de diabetes descompensadas debido a la pandemia

DANIELA TORÁN

Según datos de la Superintendencia de Salud hasta marzo de 2020, en Chile hay 1.829.001 pacientes con diabetes mellitus acogidos al programa Ges (Garantías Explícitas en Salud, es decir, más del 12,7% de los chilenos sufre esta enfermedad que se caracteriza por el aumento en los niveles de azúcar (glicemia) y que tiene como culpables, además del componente genético, los malos hábitos alimenticios, el sobrepeso y la vida sedentaria.

**1y 2**

Existe la diabetes tipo 1 y la tipo 2. En la primera, la causa del alza del azúcar es por la destrucción autoinmune del páncreas, es decir, el cuerpo genera anticuerpos contra las células del páncreas, lo que conlleva a una deficiencia absoluta de la insulina, la hormona que permite que la glucosa (azúcar) penetre en las células para ser utilizada como fuente de energía. En este caso, el paciente necesita inyectarse insulina en forma permanente. En la diabetes

**Este sábado 14 de noviembre se conmemora el Día Mundial de la Diabetes.**

tipo 2, la causa del alza de azúcar tiene un componente ambiental asociado a factores genéticos. La insulina del cuerpo no es capaz de mantener los niveles adecuados. Por eso, no siempre se necesita inyectar insulina, la función se puede apoyar con fármacos.

Del total de diabéticos, el 90% padece la diabetes tipo 2, una de las cuatro enfermedades crónicas que más afectan a los chilenos, y al igual que otras patologías, se ha visto afectada debido a la pandemia por coronavirus.

**Mal debut**

Una de las consecuencias del confinamiento fue que la asistencia a los controles disminuyó en un 50%. "Hemos visto muchos pacientes que ahora vienen con su diabetes descompensada, influenciado, principalmente, por la drástica disminución de la actividad física y la mala alimentación. El teletrabajo ha hecho que la gente aumente el consumo de carbohidratos de mala calidad y que lleve una vida más sedentaria de lo que ya era", explica el doctor Pedro Pineda, presidente de la Sociedad Chilena de Endocrinología y Diabetes.

Otro efecto ha sido el diagnóstico tardío, comenta Javier Vega, médico nutriólogo-diabetólogo de la Universidad Católica. "Muchos pacientes han tenido un debut muy agresivo de su diabetes. Debutan con síntomas muy descompensados y con una glicemia muy elevada". El doctor Vega agrega que la diabetes que más afecta a los niños es la del tipo 1, cuyos síntomas pueden confundirse con los de una gastroenteritis. "En pandemia la gente no está acudiendo a los servicios de urgencia como corresponde, lo que deriva en un diagnóstico extremo, con cetoacidosis diabética (exceso de ácidos en la sangre), y la justificación es haber tardado en la consulta,

# ¿Pasa sediento, va muchas veces al baño y bajó de peso sin explicación? Mida su glicemia



Tener mucha sed puede ser un síntoma de diabetes.

» «La diabetes inicial no produce síntomas, es silenciosa. Estos aparecen cuando la enfermedad está muy descompensada», Javier Vega, diabetólogo.

por el miedo a ir a centros de salud".

**Baja de peso sin explicación**

En este punto, el doctor Vega advierte que hay señales del cuerpo que no hay que pasar por alto.

"La diabetes inicial no produce síntomas, es silenciosa. Estos aparecen cuando la enfermedad está muy descompensada. En ese caso, los síntomas clásicos son: la polidipsia, cuando la persona tiene mucha sed y consume mucha agua; la poliuria, que es cuando el paciente orina con mucha frecuencia sin tener otra enfermedad; la polifagia, que es la sensación imperiosa de hambre; y, por último, la pérdida de peso sin explicación", explica el médico de la Red de Salud UC Christus.

El doctor Pineda agrega que cuando los niveles de azúcar están muy altos, "el organismo trata de eliminar el azúcar por la orina y por ende, en ese proceso, también se eliminan otros nutrientes y se pierde masa muscular".

Las personas de riesgo, es decir, aquellas con sobrepeso u obesidad, con antecedentes familiares y mujeres que hayan tenido diabetes gestacional, deben realizarse un chequeo anual preventivo. "Si la diabetes no se controla puede llevar al desarrollo de complicaciones bastante serias, por ejemplo llegar a una ceguera, a una insuficiencia renal, pérdida de sensibilidad de las extremidades y amputación, patologías cardiovasculares. Actualmente, el 50% de los pacientes con diabetes fallecen por accidentes cardiovasculares", dice Pineda, de la Universidad de Chile.

**"El paciente diabético tiene que ser autónomo"**

El publicista Marcelo González acarrea una diabetes tipo 1 hace 34 años. Conoce al revés y al derecho cómo opera la enfermedad en su cuerpo. Por lo mismo, cree que la pandemia sacó cosas positivas y desafíos. "Hoy, un paciente puede estar alejado de su centro de salud gracias a dispositivos como la medición de la glicemia capilar (pincharse el dedo), el sensor de glucosa continuo o una bomba de insulina, y estar en contacto permanente con el equipo médico que puede ayudarlo a tomar decisiones. La pandemia nos obligó a usar estas ayudas tecnológicas, donde la telemedicina juega un papel importantísimo", plantea el director de Fundación Mi Diabetes. Sin embargo, González apunta que para esto, los pacientes tienen que ser educados. "Ahí hay una falencia que se debe cubrir con la educación diabetológica. Un paciente tiene que ser autónomo, tiene que saber tomar decisiones en base a la información que va recolectando con estos dispositivos, porque ni la mejor tecnología funciona si no tienes los conocimientos avanzados para sacarle provecho. Esta es una enfermedad que permite el autocontrol".