

## EL EFECTO DEVASTADOR DE LA DIABETES

Hay 17.0 millones de personas en los Estados Unidos, o el 6.2% de la población, que sufre de diabetes. Mientras que unos 11.1 millones han sido diagnosticados, desafortunadamente, **5.9 millones de personas no saben que tienen la enfermedad**. Cada día aproximadamente 2,740 personas son diagnosticadas con diabetes. Alrededor de 1 millón de personas serán diagnosticadas este año.

La diabetes es la **quinta causa de muerte** en los Estados Unidos. Con base en los certificados de defunción, la diabetes contribuyó a **209,664 muertes in 1999**. La diabetes es una enfermedad crónica que **no tiene cura**.

- Los estudios indican que por lo general la diabetes es sub-reportada en los certificados de defunción, particularmente en el caso de personas con múltiples condiciones crónicas como las enfermedades del corazón y la presión arterial alta o hipertensión. Por esta razón, se cree que el efecto de la diabetes es mucho más severo de lo que se reporta oficialmente.

### La Diabetes es un Asesino Silencioso

Muchas personas se enteran de que tienen diabetes cuando desarrollan una de las complicaciones que ponen en riesgo la vida.

- **Enfermedades del Corazón y Derrames Cerebrales.** Las enfermedades cardiovasculares (enfermedades del corazón y derrames cerebrales) son la causa principal de muerte en las personas con diabetes. Las personas con diabetes tienen un riesgo entre **2 y 4 veces más alto de sufrir de enfermedades del corazón**, las cuales están presentes en un 75% de las muertes relacionadas con la diabetes. Esto representa más de 77,000 muertes anuales. Las personas con diabetes tienen un riesgo entre **2 y 4 veces más alto de sufrir de derrames cerebrales**. Las personas con diabetes tienen el mismo riesgo cardiovascular que las personas **que han tenido un ataque cardíaco**. Fumar duplica el riesgo cardiovascular de las personas con diabetes.
- **Ceguera.** La diabetes es la causa principal de los nuevos casos de ceguera en las personas entre 20 y 74 años. Cada año, entre 12,000 y 24,000 personas pierden la vista como consecuencia de la diabetes.
- **Enfermedades del Riñón.** La diabetes es la causa principal de la **enfermedad renal terminal (falla renal)**, relacionada con aproximadamente 43% de los nuevos casos. En 1999, **38,160** personas con diabetes comenzaron tratamiento para la enfermedad renal terminal y **114,478** personas con diabetes recibieron **diálisis o transplante de riñón**.
- **Enfermedad Neurológica y Amputaciones.** Entre 60 y 70 por ciento de las personas con diabetes tienen formas moderadas o severas de daño neurológico, el cual en los casos severos puede llevar a amputaciones de las extremidades inferiores. De hecho, la diabetes es la causa principal de amputaciones de las extremidades inferiores por causas no traumáticas. **El**

**riesgo de amputaciones de las piernas es 15 a 40 veces más alto en las personas con diabetes.** Cada año se llevan a cabo más de 80,000 amputaciones en personas que sufren de diabetes.

### **Los Costos Directos e Indirectos de la Diabetes**

La diabetes es uno de los problemas de salud más costosos en los Estados Unidos. Los costos de atención de salud y otros costos directamente relacionados con el tratamiento de la diabetes, así como los costos asociados con la pérdida de productividad, oscilan en los \$98 billones anualmente.

### **Definición**

La diabetes es una enfermedad en la que el cuerpo no produce o utiliza adecuadamente la insulina, una hormona necesaria para convertir el azúcar, los almidones y otros alimentos en la energía necesaria para vivir diariamente. La causa de la diabetes es un misterio, aunque aparentemente juegan un papel factores genéticos y ambientales, como la obesidad y la falta de ejercicio. Hay dos tipos de diabetes:

- **Tipo 1.** Una enfermedad autoinmune en la cual el cuerpo no produce insulina y que ocurre principalmente en niños y adultos jóvenes. Las personas con diabetes tipo 1 deben aplicarse inyecciones diariamente para mantenerse vivas. La diabetes tipo 1 representa de 5 a 10 por ciento de los casos de diabetes. Los factores de riesgo para la diabetes tipo 1 incluyen factores autoinmunes, genéticos y ambientales.
- **Tipo 2.** Un desorden metabólico que resulta como consecuencia de la incapacidad del cuerpo para producir suficiente insulina o para utilizarla adecuadamente. Es la forma más común de la enfermedad, representando entre 90 y 95% de los casos de diabetes. Este tipo de diabetes está asociada con el envejecimiento, la obesidad, historia familiar de la enfermedad, historia previa de diabetes durante el embarazo, intolerancia a la glucosa, inactividad física y la raza o etnicidad. La diabetes tipo 2 está cerca de convertirse en una epidemia debido al aumento en el número de norteamericanos envejecientes y a una mayor prevalencia de estilos de vida sedentarios, y su diagnóstico en niños y adolescentes está aumentando.
- **La diabetes del embarazo o gestacional** se desarrolla en 2 a 5 por ciento de las embarazadas pero desaparece cuando termina el embarazo. Las mujeres que han tenido diabetes durante el embarazo tienen un riesgo más alto de desarrollar diabetes más tarde. Después del embarazo, entre 5 y 10 por ciento de las mujeres que han tenido diabetes durante el embarazo desarrollan diabetes tipo 2, y tienen una probabilidad de 20 a 50% de desarrollar diabetes durante los 5 a 10 años después del embarazo.
- **“Otros tipos específicos”** de diabetes ocurren como consecuencia de síndromes genéticos específicos, cirugías, drogas, malnutrición, infecciones, y otras enfermedades. Estos tipos de diabetes ocurren en 5 por ciento de los casos de diabetes diagnosticados de diabetes.

### **Tolerancia Anormal a la Glucosa y Alteración de la Glucosa en Ayunas**

- La tolerancia anormal a la glucosa (conocida en inglés por las siglas IGT) y la alteración de la glucosa en ayunas (conocida en inglés como IFG) definen una condición conocida como “prediabetes”, y los estudios sugieren que puede ser reversible.
- La IGT es una condición en la que el nivel de azúcar en la sangre se eleva (140-190 mg/dl en una prueba de tolerancia a la glucosa de 2 horas) pero no es lo suficientemente alto como para ser clasificado como diabetes.
- La IFG es una condición en la cual el nivel de azúcar en la sangre en ayunas se eleva (110-125 mg/dl después de un ayuno nocturno) pero no es lo suficientemente alto como para ser clasificado como diabetes.
- En los Estados Unidos, entre los adultos de 40-74 años de edad, 16.0 millones (15.6%) sufren de IGT y 10.0 millones (9.7%) tienen IFG.

### **¿Quiénes Están a Mayor Riesgo de Desarrollar Diabetes Tipo 1?**

- Los hermanos de las personas con diabetes tipo 1
- Los hijos de padres que tienen diabetes tipo 1

### **¿Quiénes Están a Mayor Riesgo de Desarrollar Diabetes Tipo 2?**

- Las personas con tolerancia anormal a la glucosa (IGT) y/o alteración de la glucosa en ayunas (IFG)
- Las personas mayores de 45 años
- Las personas con una historia familiar de diabetes
- Las personas que tienen sobrepeso
- Las personas que no hacen ejercicio regularmente
- Las personas con bajos niveles del colesterol tipo HDL o con triglicéridos altos o presión arterial alta
- Ciertos grupos raciales o étnicos (afroamericanos, hispanos/latinos, asiáticos e isleños del Pacífico, y los nativos americanos)
- Las mujeres que han tenido diabetes durante el embarazo, un tipo de diabetes que ocurre en 2 a 5 por ciento de los embarazos, o que han tenido hijos con 9 o más libras de peso al nacer.

### **La diabetes tipo 2 es más común entre estos grupos étnicos:**

- **Afroamericanos.** Los afroamericanos tienen un riesgo 2 veces más alto de tener diabetes que la población general. Se estima que 2.8 millones, o 13.0%, sufren de diabetes.
- **Hispanos/Latinos.** Los hispanos/latinos tienen un riesgo 1.9 más alto de tener diabetes tipo 2. Por ejemplo, la diabetes afecta a 2.0 millones o 10.2% de la población mexicana americana.
- **Nativos Americanos.** La prevalencia de diabetes tipo 2 en los nativos americanos es de 15.1%. En promedio, los nativos americanos y los nativos de Alaska tienen un riesgo 2.6 más alto de tener diabetes que el de la población general. En algunas tribus, 50% de la población sufre de diabetes.

## **Señales de Alerta de la Diabetes**

### **Diabetes tipo 1:**

- Orina frecuente
- Sed frecuente
- Hambre extrema
- Pérdida de peso inusual
- Fatiga extrema
- Irritabilidad

### **Diabetes tipo 2:\***

- Cualquiera de los síntomas de la tipo 1
- Infecciones frecuentes
- Visión borrosa
- Cortadas/heridas que tardan en sanar
- Cosquilleo/adormecimiento en las manos/pies
- Infecciones recurrentes en la piel, las encías o la vejiga

\* Frecuentemente las personas con diabetes tipo 2 no tienen síntomas.

**Para más información, comuníquese con American Diabetes Association al 1-800-DIABETES (1-800-342-2383), o visite la página Web [www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)**

4/02