



SALUT

Només el 56% de diabètics del tipus 2 estan ben controlats

PACIENTS Molts malalts mantenen estils de vida poc saludables i no compleixen el tractament **ASSISTÈNCIA** El repte del sistema sanitari és oferir més atenció als casos complexos **PANDÈMIA** L'obesitat fa que es dispari la diabetis a tot el món

Marta Ciércoles
 BARCELONA

La diabetis serà —de fet, ja ho és— una de les grans epidèmies del segle XXI. La incidència de la malaltia, sobretot de l'anomenada diabetis *mellitus* tipus 2 (DM2), no ha deixat d'augmentar en els darrers anys. Des de principis dels anys noranta, la població afectada per DM2 a Catalunya ha passat del 5% al 7,6% actual. Però els experts calculen que el percentatge real d'afectats voreja el 14%, ja que hi ha molts malalts sense diagnosticar. L'increment està sent "espectacular", afirma el doctor Dídac Mauricio, cap de servei d'endocrinologia de l'hospital Arnau de Vilanova. Però si frenar aquesta tendència requerirà esforços titànics, tampoc resulta gens fàcil a hores d'ara aconseguir que els malalts estiguin ben controlats. De fet, a Catalunya, el 43,6% dels pacients diagnosticats i en tractament presenten nivells de sucre per sobre dels recomanats.

El doctor Mauricio va presentar ahir els resultats d'un estudi sobre con-



Una pacient diabètica es mesura el nivell de sucre en sang, una pràctica necessària per controlar la malaltia ■ XAVIER IBORRA

trol de la DM2 basat en l'anàlisi de prop de 287.000 històries clíniques de pacients atesos en diversos centres d'atenció primària de l'Institut Català de la Salut (ICS). Es tracta d'un dels estudis més exhaustius que s'han fet fins ara en l'àmbit internacional sobre aquesta qüestió. Segons el treball, basat en dades del 2009, només el 56% dels pacients amb DM2 estan ben

controlats. Al contrari del que podria semblar *a priori*, el doctor Mauricio considera que "és una bona notícia", ja que aquest percentatge ha millorat en els últims anys i és superior a la mitjana estatal i als registres d'altres països de l'entorn.

"Controlar aquests pacients és extremadament difícil", assegura Mauricio, ja que, habitualment, la diabetis va acompanya-

da d'hipertensió, colesterol i, molt sovint, d'obesitat. "Podem estar satisfets dels nostres nivells de control, però és cert que hi ha molt marge per millorar", reconeix el doctor.

L'increment del sobrepès i l'obesitat (provocat pels mals hàbits alimentaris i el sedentarisme) és la clau que explica l'augment dels casos de diabetis. "Tradicionalment, la DM2 s'havia associat a l'envelli-

ment, però l'obesitat i el sedentarisme estan precipitant l'inici precoç de la malaltia i cada cop hi ha més persones joves diagnosticades a partir dels 30 anys", alerta Mauricio.

Entre els pacients amb DM2, hi ha un 23% que poden controlar els nivells de glucèmia només amb dieta i exercici, però el 77% necessiten prendre fàrmacs i el 18% requereixen insulina (el 9,5% combi-

nen fàrmacs i insulina). Un dels principals obstacles per aconseguir un bon control de la DM2 és que sovint la insulina es prescriu massa tard. "Molts pacients es resisteixen a iniciar el tractament amb insulina, però és fonamental controlar la glucèmia abans que hi hagi complicacions", afirma Mauricio.

Molts pacients són reticents a la insulina i sovint es prescriu tard

Un altre repte, segons el doctor, és adequar millor els tractaments a cada pacient i, sobretot, detectar aquells que presenten afectació renal, ja que alguns dels fàrmacs més comuns contra la diabetis estan contraindicats en aquests malalts.

La col·laboració del pacient (que faci una dieta saludable i exercici o que no fumi) també és indispensable per aconseguir un bon control. "Lluitar per canviar hàbits que estan tan arrelats socialment és molt difícil", admet el doctor Mauricio. ■

MÉS DIABETIS

Un 20% dels diabètics tenen afectació renal

El mal control de la diabetis implica riscos. El 5,8% dels pacients tractats a Catalunya tenen retinopatia; el 20%, afectació renal; l'11,3%, cardiopatia isquèmica i el 6,5%, malalties cerebrovasculars.

Dieta i exercici, la millor manera de fer prevenció

Un estil de vida saludable redueix entre un 30% i un 40% el risc de tenir diabetis, recorda el director de l'Agència de Salut Pública de Catalunya, Antoni Mateu. No obstant això, la realitat és que el 50%

de la població catalana té excés de pes, que només l'11% consumeix cinc racions de vegetals al dia i que el 20% no fa cap mena d'exercici. A tot el món es preveuen 550 milions de diabètics el 2030.



Caminar 30 minuts diaris és un bon exercici ■ ARXIU

La insulina costa ara el doble que fa uns mesos

Des de fa uns mesos, els diabètics catalans paguen el doble per la insulina, a causa d'un increment del preu de l'euro per recepta. Els malalts asseguren que això dificulta seguir el tractament.

Sant Pau combat la diabetis gestacional

L'hospital de Sant Pau participa en un projecte europeu per comprovar l'efecte que té entre gestants amb risc de tenir diabetis un programa de dieta, exercici i tractament amb vitamina D.