

DATOS SOBRE DIABETES

Complicaciones relacionadas con la diabetes en los Estados Unidos

La diabetes está asociada a un aumento del riesgo de sufrir una cantidad de complicaciones serias, muchas veces graves, y algunas poblaciones están expuestas a un riesgo aún mayor. Un control adecuado de la diabetes puede ayudarlo a reducir ese riesgo. Sin embargo, muchas personas no saben que tienen diabetes hasta que se manifiestan alguna de esas complicaciones.

Enfermedad cardíaca y derrame cerebral

- La enfermedad cardíaca y el derrame cerebral representan alrededor del 65% de las muertes de personas con diabetes.
- Las tasas de mortalidad por enfermedad cardíaca de adultos con diabetes son de 2 a 4 veces mayores que las correspondientes a adultos sin diabetes.
- El riesgo de sufrir un derrame cerebral es de 2 a 4 veces mayor, y el riesgo de muerte por derrame cerebral es 2,8 veces mayor entre las personas con diabetes.

En las mujeres con diabetes, la muerte por enfermedad cardíaca *augmentó* el 23 por ciento durante los últimos 30 años, en comparación con una *disminución* del 27 por ciento en las mujeres sin diabetes. Las muertes por enfermedad cardíaca en hombres con diabetes disminuyeron *solo* el 13 por ciento en comparación con una disminución del 36 por ciento en hombres sin diabetes.

Presión arterial alta

- Aproximadamente el 73% de los adultos con diabetes presentan una presión arterial mayor o igual a 130/80 milímetros de mercurio (mm Hg) o utiliza medicamentos recetados para la hipertensión.

Ceguera

- La retinopatía diabética causa entre 12.000 y 24.000 nuevos casos de ceguera cada año, lo que ubica a la diabetes como la causa principal de los nuevos casos de ceguera en adultos de 20 a 74 años de edad.
- En las personas con diabetes tipo 1, la terapia que mantiene el nivel de azúcar en la sangre tan próximo a los valores normales como es posible reduce el daño ocular en un 76% (*New England Journal of Medicine*, 30 de septiembre de 1993). Los expertos consideran que esos resultados pueden aplicarse también a aquellas personas con diabetes tipo 2.

Los estadounidenses de origen mexicano tienen casi el doble de probabilidades de desarrollar retinopatía diabética que los blancos no hispanos y entre los negros no hispanos esa probabilidad es del 50%.

Enfermedad renal

- La diabetes es la causa principal de insuficiencia renal; constituyó el 44% de los nuevos casos en el año 2002.
- En 2002, 44.000 personas con diabetes comenzaron tratamiento para la enfermedad renal en etapa terminal [ESRD, *end-stage renal disease*]
- En 2002, un total de 153.730 personas con ESRD provocada por la diabetes vivían gracias a la diálisis crónica o con un trasplante renal.
- En las personas con diabetes tipo 1, la terapia que mantiene el nivel de azúcar en la sangre cerca de los valores normales reduce el daño renal en 35% a 56% de los casos (*New England Journal of Medicine*, 30 de septiembre

de 1993). Los expertos consideran que esos resultados pueden aplicarse también a aquellas personas con diabetes tipo 2.

Los negros no hispanos tienen una probabilidad de 2,6 a 5,6 veces de sufrir enfermedad renal, con más de 4.000 casos nuevos de ESRD cada año. En el caso de los estadounidenses de origen mexicano, la probabilidad de sufrir enfermedad renal es de 4,5 a 6,6 veces mayor, mientras que esa probabilidad entre los indios norteamericanos es 6 veces mayor.

Enfermedad del sistema nervioso

- Alrededor del 60% a 70% de las personas con diabetes sufren algún tipo de daño moderado o grave del sistema nervioso. Entre los resultados de ese daño se incluyen: falta de sensibilidad o dolor en las manos o en los pies, digestión lenta de los alimentos en el estómago, síndrome del túnel carpiano y otros problemas nerviosos.
- Casi el 30% de las personas con diabetes mayores de 40 años sufren la falta de sensibilidad en los pies (es decir, al menos una zona en la que carecen de sensibilidad).
- Los casos graves de enfermedad nerviosa en personas con diabetes constituyen una de las causas principales de la amputación de los miembros inferiores.

Amputaciones

- Más del 60% de las amputaciones no traumáticas de los miembros inferiores se producen en personas con diabetes.
- En el año 2002, se practicaron alrededor de 82.000 amputaciones no traumáticas de miembros inferiores en personas con diabetes.
- La tasa de amputación para las personas con diabetes es 10 veces mayor que la de las personas sin diabetes.

La probabilidad de sufrir amputaciones de los miembros inferiores es de 1,8 veces para los estadounidenses de origen mexicano, 2,7 veces para los negros no hispanos, y de 3 a 4 veces para los indios norteamericanos.

Las tasa de amputación para los hombres con diabetes es de 1,4 a 2,7 veces mayor que la de las mujeres con diabetes.

Enfermedad dental

- La enfermedad periodontal (encías) es más frecuente en las personas con diabetes. Entre los adultos jóvenes, las personas con diabetes presentan casi el doble de riesgo que las personas sin diabetes.
- Aproximadamente un tercio de las personas con diabetes sufren enfermedad periodontal grave con una pérdida de la adhesión de las encías a los dientes de 5 milímetros o más.

Complicaciones durante el embarazo

- El control inadecuado de la diabetes antes de la concepción y durante el primer trimestre del embarazo puede provocar malformaciones congénitas importantes en un 5% a 10% de los embarazos, y abortos espontáneos en un 15% a 20% de los casos.
- El control inadecuado de la diabetes durante el segundo y tercer trimestre del embarazo puede ser la causa de bebés excesivamente grandes, lo cual representa un riesgo para la madre y para el bebé.

Disfunción sexual

- Los hombres con diabetes tienen una probabilidad dos veces mayor de sufrir disfunción eréctil que la de los hombres sin diabetes.
- Las mujeres con diabetes tipo 1 tienen una probabilidad dos veces mayor de experimentar alguna disfunción sexual que la de las mujeres sin diabetes.

Otras complicaciones

- La diabetes no controlada con frecuencia lleva a desequilibrios bioquímicos que pueden provocar episodios agudos con riesgo de vida, como la cetoacidosis diabética y el coma hiperosmolar (no cetótico).
- Las personas con diabetes son más propensas a sufrir otras enfermedades y, una vez que contraen esas enfermedades, con frecuencia empeora su pronóstico. Por ejemplo, es más probable que mueran de neumonía o de gripe que las personas sin diabetes.

Cómo prevenir las complicaciones relacionadas con la diabetes

La diabetes puede afectar muchas partes del cuerpo y puede provocar complicaciones graves como enfermedad cardíaca, ceguera, daño renal y amputaciones de los miembros inferiores. Si las personas con diabetes trabajan junto con los profesionales de la salud, pueden reducir la incidencia de esas y otras complicaciones relacionadas con la diabetes mediante el control de los niveles de glucosa en la sangre, presión arterial y lípidos en la sangre, así como también mediante otras prácticas de cuidado preventivo realizadas oportunamente.

Control de la glucosa

- Los estudios en los Estados Unidos y en el resto del mundo descubrieron que un mejor control glucémico beneficia tanto a las personas con diabetes tipo 1 como a las personas con diabetes tipo 2. En líneas generales, cada punto que se disminuye en el porcentaje de la prueba A1C (por ejemplo, de 8,0% a 7,0%), reduce un 40% el riesgo de sufrir complicaciones microvasculares (enfermedades oculares, renales y de los nervios).

Control de la presión arterial

- El control de la presión arterial reduce el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares (enfermedad cardíaca o derrame cerebral) entre 33% y 50% en las personas con diabetes, así como también reduce el riesgo de sufrir complicaciones microvasculares (enfermedades oculares, renales y de los nervios) en aproximadamente 33%.
- En general, cada reducción de 10 mm Hg en la presión arterial sistólica reduce en 12% el riesgo de sufrir cualquier complicación relacionada con la diabetes.

Control de los lípidos en la sangre

- Un mejor control del colesterol o lípidos en la sangre (por ejemplo, HDL, LDL y triglicéridos) puede reducir las complicaciones cardiovasculares entre 20% y 50%.

Prácticas de cuidado preventivo para la vista, los riñones y los pies

- La detección y el tratamiento de la enfermedad ocular en personas con diabetes mediante la terapia con láser puede reducir el desarrollo de una pérdida grave de la visión entre 50% y 60%.
- Los programas integrales para el cuidado de los pies pueden reducir las tasas de amputación entre 45% y 85%.
- La detección y el tratamiento temprano de la enfermedad renal en personas con diabetes mediante la disminución de la presión arterial puede reducir el deterioro de la función renal entre 30% y 70%. El tratamiento con inhibidores de la ECA y bloqueadores de los receptores de angiotensina (BRA) es más eficaz para reducir el deterioro de la función renal que el tratamiento con otras drogas para disminuir la presión arterial.

Para recibir más información en inglés o en español, comuníquese con la **American Diabetes Association** al 1-800-DIABETES (1-800-342-2383) o visite nuestro sitio web en diabetes.org