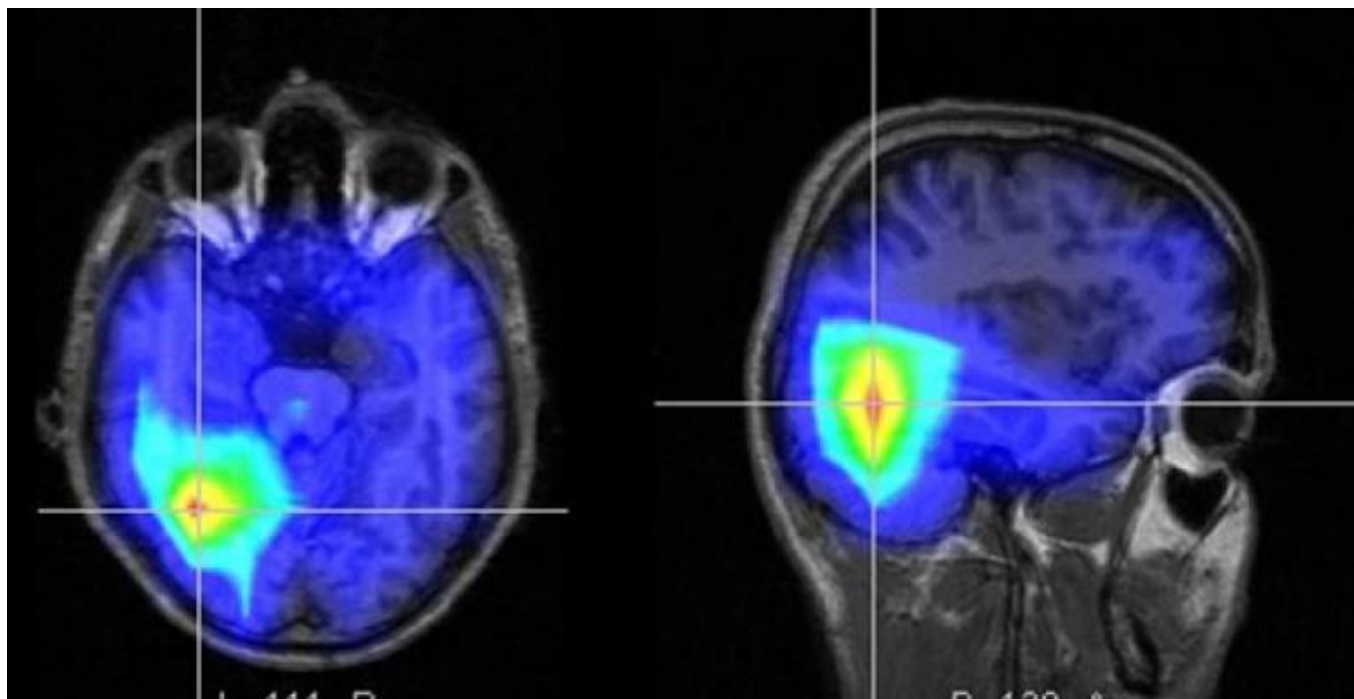

Diabetes mellitus y su relación con la enfermedad cerebrovascular

11/02/2013



Recientes estudios revelaron que los accidentes cerebrovasculares están afectando a personas cada vez más jóvenes. Investigadores de la Universidad de Cincinnati, Estados Unidos, explicaron que la edad promedio de esas personas se redujo de 71 años, en 1993 y 1994, a 69 años en 2005. De igual forma, estos trastornos en personas menores de 55 años pasaron del 13 % en 1993 al 19 % en el 2005.

Según la revista norteamericana, *Neurology*, las razones de esta tendencia podrían ser un aumento de los factores de riesgo como, la diabetes, la obesidad y la hipercolesterolemia.

Por la importancia que va teniendo este tema y en especial, por su incidencia en personas diabéticas, Cubasí conversó con el doctor Ernesto J. Morales, especialista en Endocrinología del hospital materno-infantil Ángel Arturo Aballí, del municipio Arroyo Naranjo en la capital.

- ¿Qué relación existe entre la diabetes y las enfermedades cerebrovascular o cardiovascular?

Existe una relación muy estrecha entre la diabetes mellitus (DM) y la enfermedad vascular, ya sea cerebral o cardíaca, lo cual se pone en evidencia a través de las lesiones que se establecen de forma gradual en la DM a nivel de los vasos sanguíneos.

Se conoce que la insulinoresistencia es un proceso inflamatorio crónico desarrollado a “bajo ruido” y un factor predecesor común a diferentes entidades que constituyen importantes causas de morbilidad, entre ellas DM, HTA, dislipidemia, todas relacionadas a la enfermedad cerebrovascular (ECV) y coronaria aguda, como primeras causas de muerte.

Hay que tener en cuenta el hecho de que el 90 por ciento de los diabéticos son obesos y la obesidad produce alteraciones que se vinculan con la aparición de la enfermedad cerebrovascular y coronaria.

- Algunas investigaciones apuntan a que la incidencia de la enfermedad cerebrovascular es mayor en mujeres diabéticas y se da en personas cada vez más jóvenes. ¿Cómo se comporta el tema en Cuba?

En nuestro país la relación edad y sexo se comporta similar a los países desarrollados. Las personas de la tercera edad tienen mayor riesgo, particularmente aquellos con hipertensión, llevan una vida sedentaria, son obesos, fuman o sufren de diabetes.

A pesar de eso, las personas jóvenes no son inmunes. Cerca del 28 % de las víctimas de las ECV tienen menos de 65 años, por lo que se afirma que a partir de los 50 años el riesgo de sufrir un ictus se duplica por cada década.

En cuanto al sexo, la ECV en jóvenes, a pesar de ser menos común, afectan a hombres y mujeres por igual; sin embargo en los individuos de edad avanzada se comporta de manera diferente. La causa está relacionada con la reactividad cerebrovascular, (habilidad de las arterias para transportar la sangre al cerebro), la cual declina significativamente con la edad en las mujeres y no así en los hombres. A pesar de eso, y de forma general se conoce que la ocurrencia de ictus es mayor en hombres que en las mujeres a razón de 1,3 varones por cada hembra.

En cuanto a la mortalidad por sexo, el ictus es la primera causa de muerte en el sexo femenino, por lo que se hace necesario prevenir y tratar a tiempo ciertos factores de riesgo que parecen predominar en las mujeres o tener mayor repercusión como son: la fibrilación auricular, la diabetes mellitus, tabaquismo, migraña y uso de anticonceptivos orales.

- Entre los diabéticos, ¿cuáles son los que tienen mayor riesgo de sufrir una enfermedad vascular-encefálica?

Dentro de los pacientes diabéticos los de mayor riesgos para presentar una ECV son los que mayor tiempo de evolución de la enfermedad han presentado, además los que mantienen un control metabólico más deficientes, o aquellos que hacen caso omiso a las orientaciones de su médico y mantienen una peor educación con respecto a su enfermedad.

Hay que tener en cuenta los diferentes factores de riesgo que existen, entre los no modificables están la edad, el sexo, la herencia, raza y nivel socio-cultural. Entre los modificables tenemos por ejemplo, la hipertensión arterial, el

hábito de fumar, sicklemlia, colesterol elevado, consumo de alcohol o drogas y las cardiopatías.

- ¿Qué síntomas pudieran alertar a una persona diabética que está sufriendo alguna de estas patologías?

Entre los signos o síntomas que ayudan a determinar la presencia de una ECV están: las cefaleas y convulsiones, las cuales pueden ocurrir segundos después del bloqueo de la circulación sanguínea. La persona puede presentar dificultades al tragar, en ocasiones pueden ocurrir problemas de dislalia (incapacidad de expresarse bien con palabras o de entender las palabras).

En caso de que sea afectado el hemisferio izquierdo del cerebro, otros síntomas incluyen confusión, vómitos, pérdida del tono muscular, la producción de una serie de accidentes isquémicos muy finos llamados infartos lagunares que, entre otras cosas, pueden causar debilidad y variabilidad emocional.

Los síntomas de una hemorragia cerebral o parenquimatosa comienzan generalmente de forma súbita y evolucionan en algunas horas, incluyen cefalea, náusea, vómitos, alteración del estado mental, etc. Cuando la hemorragia es del tipo subaracnoideo, los signos de alerta incluyen cefaleas abruptas, náusea, vómito, fotosensibilidad y trastornos neurológicos.

Cuando el aneurisma se rompe la víctima de la ECV sufre de terribles dolores de cabeza, sensación de rigidez de nuca, vómito, confusión mental y alteración de la conciencia, los ojos pueden quedar fijos en una dirección, o tener pérdida de la visión, acompañados de estupor, rigidez y coma.

- Pudiera hacer referencia a las medidas de prevención

La principal forma de prevenir las enfermedades cerebrovasculares en los pacientes diabéticos son en primer lugar, lograr un control óptimo de su enfermedad a través de las dietas indicadas en cada caso, ejercicios físicos sistemáticos y cumpliendo con los tratamientos médicos.

En segundo lugar, eliminar los factores de riesgo presentes, donde es importante el cambio de modos y estilos de vida por otros más saludables. También están por supuesto el uso de medicamentos para eliminar por ejemplo el riesgo de enfermedades como la hipertensión o el aumento de colesterol.

El consumo de alcohol debe ser reducido a un promedio de no más de 2 tragos diarios, dosis que es preventiva (fundamentalmente vino tinto que aporta factores antioxidantes). El beber con exageración incrementa el riesgo de una ECV y el de muchas otras enfermedades.

Se habla también de la normalización del peso corporal a través de dieta y ejercicios. En los estudios realizados se ha encontrado una relación consistente entre la baja incidencia de ECV en la población que realiza ejercicios físicos regularmente y que mantienen un normopeso.

