

DIABETES, OBESIDAD E HIPERTENSIÓN

## Una triada que aumenta la probabilidad de enfermedades cardiovasculares



La importancia de prevenir las enfermedades cardiovasculares no puede ser subestimada en personas con diabetes, sobre todo en el contexto de que se trata de una enfermedad crónica que va en aumento en Chile y el mundo.

**Por: Germán Kreisel**

**En la población adulta la diabetes es una enfermedad que se ha incrementado durante las últimas décadas debido principalmente a un factor de riesgo: la obesidad.** Se estima que en el país existe cerca de un 35% de personas con

obesidad y un 40% con sobre peso, es decir que un 70% tiene presente este factor.

Pero ¿cómo el exceso de peso puede provocar la diabetes, y cómo se relaciona con la salud cardiovascular? La Dra. Mónica Acevedo, directora de la Sociedad Chilena de Cardiología y Cirugía Cardiovascular y Fundación SOCHICAR, explica que el exceso de peso es la principal causa de la diabetes mellitus tipo 2, la más prevalente en la población mundial.

En las mujeres que sufren diabetes se anula la protección de los estrógenos en los vasos sanguíneos de manera que se desarrolla la enfermedad arterioesclerótica isquémica, es decir que se

empieza a desarrollar placas de colesterol e inflamación en las arterias coronarias del corazón y estas se pueden empezar a taponar, lo que podría llevar a futuro a un infarto". La especialista detalla que los infartos en las mujeres diabéticas son mucho más graves que en los pacientes hombres, ya que según datos se produce el doble de mortalidad.

Por otro lado, tanto en las mujeres como en los hombres, la diabetes puede conllevar enfermedad coronaria en la post menopausia, y antes y después de los 50 años, respectivamente. Asimismo, la relación de la diabetes con la salud cardiovascular también puede provocar una insuficiencia cardíaca, "produciéndose un daño de los miocitos que son las células más importantes del músculo cardíaco. Estas células se pueden dañar con la cantidad de azúcar en el organismo a niveles elevados, y también puede producir mayor inflamación del tejido cardíaco".

La Dra. Acevedo sostiene que esto puede llevar a que el músculo cardíaco sufra una miocardiopatía, en la cual puede haber una disminución de la contracti-

vidad del corazón; pero también si se asocia por ejemplo a otros factores de riesgo como la hipertensión, se puede aumentar las presiones adentro del corazón llevando a un cierto tipo de insuficiencia cardíaca.

### Resistencia a la insulina

La diabetes puede dañar los vasos sanguíneos, el miocardio y también hace que la sangre aumente factores de coagulación, de inflamación y de oxidación. Estos tres factores actuando en forma conjunta van a hacer que aumente el riesgo de enfermedad arterioesclerótica isquémica, de manera que una persona diabética siempre tiene que ser evaluada en una forma integral.

"Si la diabetes no se trata puede provocar el daño de arterias más pequeñas como las de los ojos, lo que se llama retinopatía diabética, y también pueden afectar los micro vasos, la microvasculatura de los nervios y producirse neuropatías", indica la directora de SOCHICAR.

Respecto a la resistencia a la insulina, esta se produce precozmente en el estado de hiperglice-

Adoptar cambios en el estilo de vida de las personas, es fundamental para potenciar la prevención basada en el monitoreo de los "números propios" (glicemia, colesterol, presión arterial, peso e IMC) para el diagnóstico oportuno.

mia. "Puede existir aun sin diabetes ya manifestada y diagnosticada. El problema que provoca es a nivel de los vasos sanguíneos, del hígado y de los lípidos. Produce hipertensión arterial, intolerancia a la glucosa o prediabetes, y diabetes. Pero además sabemos que la resistencia a la insulina puede dañar el miocardio y aumenta la inflamación en los vasos sanguíneos, de manera que la resistencia a la insulina es una etapa previa a las manifestaciones clínicas de la diabetes", concluye.

La diabetes y la obesidad son factores de riesgo prevalentes que junto con la hipertensión son las principales causas de enfermedades cardiovasculares en la población general.

**DRA. MÓNICA ACEVEDO, DIRECTORA DE LA SOCIEDAD CHILENA DE CARDIOLOGÍA Y CIRUGÍA CARDIOVASCULAR Y FUNDACIÓN SOCHICAR,**

