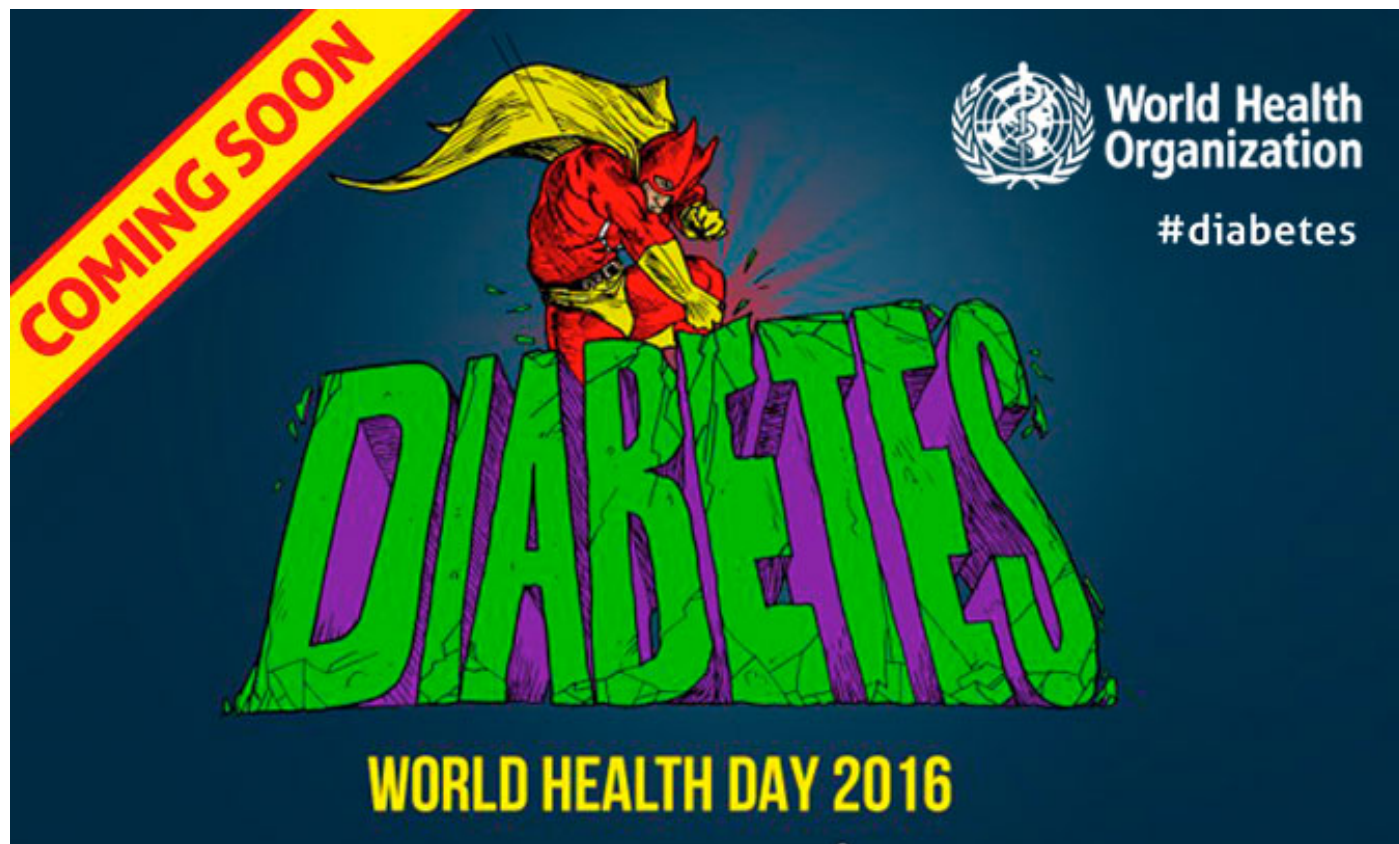




Restauracióncolectiva  
El portal de referencia para los profesionales del sector

Te encuentras en Inicio / A fondo / Miscelánea /



## La OMS celebra el Día Mundial de la Salud 2016, este año bajo el lema 'Vence la diabetes'

06-04-2016

El día 7 de abril se celebró el Día Mundial de la Salud, éste año bajo el lema 'Vence la diabetes', con el objetivo de intensificar la prevención, mejorar la atención y reforzar la vigilancia sobre esta enfermedad crónica. Cabe recordar, además, que la diabetes es una de las enfermedades crónicas más frecuentes en la edad pediátrica, por lo que hay aspectos de la enfermedad que deben ser conocidos para facilitar la integración escolar y social del niño/a.

La epidemia de diabetes está aumentando rápidamente en muchos países, y de manera extraordinaria en los países de ingresos bajos y medianos, a pesar de que una gran proporción de los casos de diabetes se pueden prevenir.

Las cuatro razones principales por la que la OMS ha elegido este año centrar la campaña en la diabetes son:

- 1- **La epidemia de diabetes está aumentando** rápidamente en muchos países, y de manera extraordinaria en los países de ingresos bajos y medianos.
- 2- **Una gran proporción de los casos de diabetes se pueden prevenir.** Algunas medidas simples relacionadas con el modo de vida se han revelado eficaces para prevenir o retrasar la aparición de la diabetes de tipo 2. El mantenimiento del peso normal, la realización de actividad física periódica y una dieta sana pueden reducir el riesgo de diabetes.
- 3- **La diabetes se puede tratar.** La diabetes se puede controlar y tratar para prevenir complicaciones. El mayor acceso al diagnóstico, la educación sobre el control personal de la enfermedad y el tratamiento asequible son componentes fundamentales de la respuesta.
- 4- Los esfuerzos por prevenir y tratar la diabetes serán importantes para alcanzar la meta del **Objetivo de Desarrollo Sostenible 3** consistente en reducir la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles en una tercera parte para 2030. Muchos sectores de la sociedad tienen una importante función que desempeñar, en particular los gobiernos, empleadores, docentes y fabricantes, así como la sociedad civil, el sector privado, los medios informativos y cada uno de nosotros.

En cuanto a los objetivos principales del Día Mundial de la Salud 2016, son tres según la OMS:

- 1– Acrecentar la **concienciación** respecto del aumento de la diabetes y de sus abrumadoras cargas y consecuencias, en particular en los países de ingresos bajos y medianos.
- 2– Impulsar un conjunto de **actividades específicas**, eficaces y asequibles para hacer frente a la diabetes, con medidas para prevenirla y para diagnosticar, tratar y atender a quienes la padecen.
- 3– Presentar el primer **informe mundial sobre la diabetes**, que describirá la carga y las consecuencias de la diabetes y abogará por sistemas de salud más sólidos que aseguren una mejor vigilancia, una prevención reforzada y una atención más eficaz de la diabetes.

## La diabetes en la escuela

La diabetes es una de las enfermedades crónicas más frecuentes en la edad pediátrica por lo que hay muchas posibilidades de que cada profesor tenga en su clase, a lo largo de su vida profesional, algún niño o adolescente con diabetes. Hay aspectos de la enfermedad que deben ser conocidos por los profesores y educadores para facilitar la integración escolar y social del niño con diabetes en un ambiente de seguridad.

A través de los padres, y del propio menor (según la edad), el equipo docente puede aprender las pautas a seguir en cada caso. Eventualmente los profesionales del equipo sanitario pueden ofrecer información y apoyo. El niño con diabetes es un alumno más, que debe seguir las mismas actividades escolares que sus compañeros, tanto intelectuales, como deportivas o lúdicas; su enfermedad no lo impide, sólo es preciso prever y planificar las actividades que se programan desde la escuela. Para ello es muy importante que el profesorado tenga los conocimientos mínimos necesarios sobre la diabetes.

Los niños y adolescentes con diabetes deben seguir un plan de comidas que en general es muy semejante a la dieta correcta de un niño sano. Los menús que se sirven en un comedor escolar deben ser equilibrados tanto en el tipo de alimentos, como en la calidad y variedad de los mismos.

El colegio debe proporcionar con antelación a los padres el plan de comidas diario para que ellos hagan las especificaciones concretas sobre qué alimentos tienen que evitar y la cantidad que deben comer de los mismos.

Hay que tener en cuenta que muchos de los niños con diabetes precisan tomar alimentos que contengan hidratos de carbono a media mañana y media tarde para evitar las hipoglucemias.

Se pretende evitar intervalos de ayuno que sean superiores a las cuatro horas. Hay que permitir al niño que ingiera alimento en clase cuando lo necesite, esto es imprescindible para evitar las hipoglucemias.

Por último, los cuidadores, o el personal que tiene a su cargo los niños con diabetes durante las comidas, deben supervisar lo que realmente comen (tanto el tipo de alimento, como la cantidad) asegurándose de que toman todo el alimento planificado y a la hora adecuada. Esto es muy importante para evitar tanto las hipoglucemias como las hiperglucemias.

## La diabetes será la séptima causa de muerte en 2030

Se estima que en 2008 unos 347 millones de personas en todo el mundo tenían diabetes, enfermedad cuya prevalencia va en aumento, especialmente en los países de ingresos bajos y medianos.

En 2012 esta enfermedad fue la causa directa de unos 1,5 millones de defunciones, de las que más del 80% se produjeron en países de ingresos bajos y medianos. Según las previsiones de la OMS, la diabetes será la séptima causa de defunción para 2030.

La diabetes es una enfermedad crónica que se produce cuando el páncreas no produce suficiente insulina, o cuando el cuerpo no puede utilizar eficazmente la insulina que produce. La insulina, una hormona que regula el azúcar en la sangre, nos aporta la energía necesaria para vivir. Si no puede llegar a las células para convertirse en energía, el azúcar se acumula en la sangre hasta alcanzar niveles perjudiciales.

Existen dos formas principales de diabetes. Las personas con diabetes de tipo 1 generalmente no producen insulina, por lo que necesitan inyecciones de insulina para sobrevivir. Las personas con diabetes de tipo 2, que representan el 90% de los casos, suelen producir su propia insulina, pero la cantidad es insuficiente o no la pueden utilizar apropiadamente; por lo general tienen sobrepeso y son sedentarias, dos circunstancias que aumentan sus necesidades de insulina.

Con el tiempo, la hiperglucemia puede poner en peligro a todos los órganos principales del cuerpo y provocar ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares, neuropatías, insuficiencia renal, ceguera, impotencia e infecciones que pueden necesitar amputación.

## Noticias Relacionadas

- Día Mundial de la Diabetes; claves para una correcta alimentación en caso de diabetes tipo 2