

LA SED TRANQUILIZA SOBRE EL IMPACTO DE LA PANDEMIA EN PERSONAS CON DIABETES

CORONAVIRUS Y DIABETES: preparados, no asustados

- Desde la SED se subraya la importancia de que las personas con diabetes mantengan el mejor control metabólico posible para evitar, en caso de contagio inesperado, una peor evolución clínica de la enfermedad vírica
- El uso de mascarillas es una medida indicada solo en determinados grupos, principalmente en las personas infectadas y en el personal sanitario y familiar que los atienden. Para la población general en cambio, “pueden dar una falsa sensación de seguridad” y llegar a ser contraproducente”
- La diabetes por sí misma no es un factor de riesgo para contraer la infección per coronavirus



Dada la alarma sanitaria y social que está provocando la pandemia de coronavirus, y su especial impacto en las poblaciones de edad más avanzada y/o con enfermedades asociadas, desde la **Sociedad Española de Diabetes (SED)** se quiere mandar un mensaje de calma y tranquilidad, así como se ofrecen algunas recomendaciones prácticas para las personas con diabetes.

Los coronavirus son virus tipo ARN monocatenarios positivos, lo cual quiere decir que no precisan de gran parte de la maquinaria de la célula huésped para replicarse directamente en su citoplasma. *“Son simples y efectivos”,*

contagio por el contacto con su exterior”.

EL CASO DE LA DIABETES

La distribución por edades de la tasa de letalidad de la infección, indica que el riesgo es muy bajo hasta los 50 años, incrementándose progresivamente hasta llegar a casi un 15% en los mayores de 80 años, con una media del 7% entre los mayores de 50 años, especialmente si las personas presentan factores de riesgo asociados, como enfermedades crónicas, especialmente las pulmonares o una **diabetes mal controlada**.

LA INFECCIÓN POR CORONAVIRUS NO ES MÁS QUE UN NUEVO RETO EN NUESTRA HISTORIA, PARA EL QUE NUNCA HABÍAMOS ESTADO TAN BIEN PREPARADOS

como indica el **Dr. Alfonso López Alba**, endocrinólogo y Director de Comunicación de la Sociedad Española de Diabetes (SED). Su analogía con una corona corresponde a la forma esférica de su cubierta (cápside) que contiene proteínas con restos de azúcares (glicoproteína S) que forman los abultamientos de su superficie (plexómeros) y que facilitan su penetración en las membranas de las células, sobre todo epiteliales, de las mucosas del tracto respiratorio. Tal y como explica el experto de la SED, *“estas características explican su alta capacidad de contagio”.*

Su transmisión se produce mediante pequeñas gotas en aerosol, mayores de 5 micras de diámetro, de las secreciones respiratorias y, lo que es muy importante, por transmisión mecánica a través del contacto cutáneo. Como esas pequeñas gotas raramente alcanzan distancias mayores a 2 metros, *“resulta en general más eficaz el correcto lavado de manos y el uso de geles hidroalcohólicos que las mascarillas, no siempre utilizadas de forma correcta y que, en su mayoría, no tienen especificaciones para la protección frente a virus”,* aclara el Dr. Alfonso López Alba, quien indica que *“estarían básicamente indicadas para personas infectadas y profesionales de la sanidad”.* Además, según añade, *“pueden crear una falsa sensación de seguridad y si no son correctamente desechadas podrían producir, incluso, riesgo de*

Ello implica, a juicio del Dr. López Alba, *“la necesidad de que las personas con diabetes mantengan el mejor control metabólico posible, para estar preparados ante un posible episodio infeccioso, por este virus o por cualquier otro, con los que a diario convivimos”.*

Con todo, el mensaje principal de la SED es de tranquilidad, calma y aplicar el sentido común. *“No debemos alarmarnos ni estar asustados”,* indica la **Dra. Anna Novials**, presidenta de la SED, ya que *“el ser humano se ha enfrentado a epidemias en el pasado y lo seguirá haciendo en el futuro”.* A su juicio, *“la mejor actitud consistiría en seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias, especialmente las medidas de higiene de manos, intentar evitar los viajes a áreas con gran número de personas infectadas, y mantener una alimentación y estilos de vida saludables para, en caso de vernos afectados, poder superar sin problemas la infección”.*

“La prevención, la información y la correcta gestión racional, basada en el conocimiento científico, son las mejores herramientas para evitar el pánico que, desde tiempos inmemoriales, las epidemias provocan en el ser humano”, asegura Alfonso López Alba, quien concluye que *“la infección por coronavirus no es más que un nuevo reto en nuestra historia, para el que nunca habíamos estado tan bien preparados”.* **D**