



FEDE RECUERDA LA IMPORTANCIA DE LA DESHABITUACIÓN TABÁQUICA PARA LAS PERSONAS CON DIABETES

>> La Federación Española de Diabetes (FEDE) se ha unido a la celebración del Día Mundial Sin Tabaco para recordar la importancia de abandonar este hábito tan nocivo para las personas con diabetes.

>> La deshabituación tabáquica contribuye a facilitar la regulación de los niveles de glucosa en sangre y a reducir el riesgo de padecer ciertas complicaciones de la patología, como las de tipo cardiovascular y renal.

Madrid, 31 mayo 2019. La Federación Española de Diabetes (FEDE) se ha unido a la celebración del Día Mundial Sin Tabaco para recordar la importancia de abandonar este hábito tan nocivo para las personas con diabetes. Se trata de una conmemoración enmarcada dentro de la campaña anual de sensibilización, liderada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), con la que se trata de concienciar a la población sobre los **efectos nocivos y letales de su consumo**; y que, en esta ocasión, se ha centrado en el impacto del tabaco sobre la salud pulmonar, recordando también los efectos negativos de la exposición al humo de tabaco ajeno.

El consumo de tabaco perjudica a la salud general y, en concreto, en las personas con diabetes, puede afectar al control de la patología. No obstante, todavía son muchos los pacientes que se encuentran con dificultades a la hora de dejar de fumar, por la dificultad que suele conllevar, a pesar de las advertencias de los profesionales y administraciones sanitarias. Por esa razón, y con el objetivo de seguir recordando a las personas con diabetes la importancia de buscar ayuda y dar el paso para abandonar el tabaquismo, FEDE recuerda los grandes beneficios que reporta:

1. **Mejora de la regulación de los niveles de glucosa en sangre.** Eliminar el consumo de nicotina puede mejorar la sensibilidad a la insulina del organismo y, por lo tanto, facilitar el control de la glucemia. Como explica Carmen Yoldi, enfermera educadora en diabetes, esto se debe a que la nicotina afecta al funcionamiento de los vasos sanguíneos, favoreciendo la acción de las catecolaminas, hormonas que alteran la acción de la insulina.
2. **Reducción del riesgo de complicaciones.** El tabaquismo favorece el desarrollo de complicaciones, especialmente de aquellas que afectan al sistema cardiovascular, a nivel microvascular y macrovascular, y a la función renal; pero también guarda una relación con la evolución de complicaciones oculares, como la retinopatía. Dejar de



fumar, en cambio, mejora el funcionamiento del organismo en general y del sistema circulatorio, en particular, reduciendo el riesgo de complicaciones.

Además, desde el portal Apoya Tu Salud, del que FEDE forma parte, se recuerda que dejar de fumar tiene muchos otros beneficios, como la **mejora de la función respiratoria**, la **reducción del riesgo de varios tipos de cáncer**, la recuperación de los sentidos del gusto y el olfato a niveles normales o el incremento de la fertilidad, entre otros. Muchos de estas ventajas se experimentan desde el primer día, y aunque el proceso de deshabituación tabáquica puede no ser fácil, los beneficios para la salud merecen la pena.

Algunas de las dificultades con las que se encuentran las personas con diabetes a la hora de dejar de fumar son la **falta de información sobre los métodos a seguir para lograrlo** y **la temida subida de peso** que se produce en algunos casos. Por eso, en este Día Mundial Sin Tabaco, **Andoni Lorenzo**, presidente de la Federación Española de Diabetes (FEDE) ha recordado la importancia de fortalecer los recursos de los profesionales sanitarios para acompañar a las personas con diabetes en este proceso y el papel de las asociaciones de pacientes, destacando que, *“entre las herramientas actuales para la deshabituación tabáquica se encuentran las terapias farmacológicas y los tratamientos cognitivo-conductuales, pero también se debe trabajar la motivación del paciente”*. En este sentido, las personas con diabetes pueden encontrar en las asociaciones de pacientes con diabetes, un gran apoyo como punto de referencia que puede aportarles información al respecto.

Sobre FEDE

FEDE es la federación española de pacientes que cuenta con el mayor número de asociados en toda España. Es el **órgano representativo del colectivo de personas con diabetes que, a día de hoy, padecen cerca de 6.000.000 de personas**, para lo que cuenta con un total de 19 federaciones autonómicas y 150 asociaciones locales de personas con diabetes, distribuidas por todo el territorio nacional. Entre sus principales objetivos se encuentran defender los derechos de estas personas; contribuir al apoyo moral, físico y educativo del colectivo; fomentar y apoyar la educación diabetológica; promover la mejora de la asistencia sanitaria; prevenir, intervenir y detectar precozmente la diabetes, e impulsar y desarrollar el interés y el desarrollo de la investigación. Para más información: <http://www.fedesp.es>

Contacto de prensa:

Laura Alemán Arteaga

comunicacionyprensa@fedesp.es

692 984 726 / 91 690 8840