



## FEDE RECUERDA LOS RIESGOS DE LA HIPERTENSIÓN Y LA OBESIDAD EN EL CONTROL DE LA DIABETES

>> La Federación Española de Diabetes (FEDE) recuerda, en la semana en la que se celebra el Día Mundial de la Hipertensión (17 de mayo) y el Día Europeo de la Obesidad (19 de mayo), los riesgos que suponen estas enfermedades para las personas con diabetes tipo 2.

>> Desde FEDE se insta a las personas con diabetes y aquellas en riesgo de padecer la enfermedad a adoptar hábitos de vida saludables, basados en el ejercicio físico y una alimentación equilibrada; y a revisar su tensión arterial y peso regularmente.

**Madrid, 16 mayo 2018.** La Federación Española de la Diabetes (FEDE), con motivo de la celebración del **Día Mundial de la Hipertensión (17 de mayo) y del Día Europeo de la Obesidad (19 de mayo)**, ha decidido recordar los riesgos que suponen estas enfermedades para las personas con diabetes tipo 2, y en especial los de carácter cardiovascular. Y es que tanto la hipertensión (HTA) como la obesidad muestran una prevalencia muy alta entre las personas con diabetes tipo 2 y son **factores que pueden desencadenar enfermedades coronarias**, como accidentes cardiovasculares o cardiopatía isquémica. Estas son, a su vez, la principal causa de fallecimiento entre los pacientes con diabetes, por lo que desde FEDE se insta a este colectivo y aquellas personas en riesgo de padecer la enfermedad a adoptar hábitos de vida saludables, basados en el ejercicio físico y una alimentación equilibrada; además de a revisar su tensión arterial y peso regularmente.

De acuerdo con diversos estudios, se calcula que **el 70%-80% de las personas con diabetes tienen algún tipo de sobrepeso u obesidad; y en torno a un 50%-60% padece HTA**, aunque estos datos aumentan en pacientes mayores y que sufren complicaciones renales. A pesar de lo preocupante de estas cifras, es importante destacar que se puede lograr un control de ambas patologías estableciendo cambios en el estilo de vida, que en algunas ocasiones se acompañan de tratamientos farmacológicos. Por lo tanto, la **adherencia de los pacientes al tratamiento** debe abarcar, no solo la toma del medicamento prescrito, cuando se dé el caso, sino un gran autocontrol y corresponsabilidad del mismo con las rutinas saludables que debe adoptar.



Según ha comentado Andoni Lorenzo, presidente de FEDE, *“dado que la HTA no suele presentar síntomas (dolores de cabeza, náuseas, etc.), hasta fases avanzadas de la patología, y que es habitual que los pacientes subestimen la importancia de los problemas de peso en relación a la salud, desde FEDE queremos llamar la atención sobre la necesidad de llevar a cabo revisiones regulares de la tensión y del peso”*.

Los objetivos deseables de tensión arterial en personas con diabetes según la Sociedad Europea de Hipertensión son 130/80 mmHg y, en personas con obesidad, una pérdida de peso del 5%-10%, puede mejorar el control de la patología, de acuerdo con las recomendaciones de la Sociedad Española de Diabetes (SED), aunque en los casos de obesidad severa puede llegar a considerarse la cirugía bariátrica. En cualquier caso, al tratarse de recomendaciones generales, es oportuno que cada paciente reciba pautas adaptadas a sus circunstancias y que consideren el tratamiento de la diabetes y los factores de riesgo cardiovascular, que incluyen la HTA y obesidad, de manera integral.

#### **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 153 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](mailto:comunicacionyprensa@fedesp.es)

692 984 726 / 91 690 8840