

Personas que padecen diabetes tienen doble riesgo de sufrir asma

Las personas que padecen diabetes tipo 2 tienen el doble de riesgo de desarrollar asma, una afección respiratoria que causa alrededor de 455 mil defunciones al año, según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

¿Por qué la diabetes aumenta el riesgo de desarrollar asma?

La diabetes tipo 2 es una enfermedad crónica que puede afectar a los diferentes sistemas del cuerpo, provocando una inflamación debido a los altos niveles de glucosa. Esta inflamación puede afectar los pulmones, aumentando la susceptibilidad a desarrollar asma.

De acuerdo con un artículo publicado por la National Library of Medicine, la diabetes debilita el sistema inmunológico, lo que reduce la capacidad del cuerpo para controlar las infecciones respiratorias, aumentando el riesgo de causar inflamación en los bronquios, característica del asma.

Por otra parte, tener un mal control de la glucosa en la sangre puede agravar los síntomas asmáticos, ya que la inflamación crónica empeora las condiciones respiratorias. Según un análisis que se presentará en la reunión anual de la Asociación Europea para el Estudio de la Diabetes (EASD), el asma y la diabetes tipo 2 tienen una relación estrecha.

De acuerdo con los resultados, las personas que padecen asma tienen un 28 por ciento más de probabilidades de desarrollar diabetes tipo 2, mientras que las personas con diabetes tipo 2 tienen hasta un 83 por ciento más de probabilidades de desarrollar asma que aquellos que no padecen diabetes.

¿Qué factores aumentan el riesgo de desarrollar asma en personas con diabetes?

Mantener elevados los niveles de glucosa es uno de los principales factores de riesgo para desarrollar asma en personas que padecen diabetes, ya que esto favorece la inflamación en las vías respiratorias. Sin embargo, también existen otros factores:

- Obesidad: común en personas con diabetes tipo 2, está

relacionada con una mayor incidencia de asma. La acumulación de grasa en el abdomen puede dificultar la función pulmonar y aumentar la resistencia de las vías respiratorias.

- Mal control de la diabetes: cuando la diabetes no está bien controlada, los altos niveles de azúcar pueden empeorar la inflamación sistémica, afectando también los pulmones y agravando las dificultades respiratorias.

Además, el uso de ciertos medicamentos para la diabetes, como los corticosteroides orales para controlar la inflamación, puede causar efectos secundarios que afectan la función pulmonar, contribuyendo al desarrollo de asma.

¿Cómo reducir el riesgo de asma en personas con diabetes?

Aunque el riesgo de desarrollar asma es alto, mantener los niveles de glucosa estables ayuda a disminuirlo, así como mantener un peso saludable. Incorporar una alimentación equilibrada rica en antioxidantes, frutas y verduras puede fortalecer el sistema inmunológico y reducir la inflamación, lo que es crucial tanto para el asma como para la diabetes.

Con información de [Salud180](#)