

TRATAMIENTO

Infecciones y diabetes

INFORMACIÓN PARA PACIENTES

Isabel Runkle de la Vega. Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínico San Carlos. Madrid.

Ángel Díaz Pérez. Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínico San Carlos. Madrid.

Alfonso Luis Calle Pascual. Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínico San Carlos. Madrid. Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas (CIBERDEM).

La persona con diabetes tiene más infecciones que aquella que no la presenta, y suelen ser más graves.

¿Por qué?

La hiperglucemia interfiere con las defensas del organismo, haciendo funcionar mal el sistema inmunitario. Al enfrentarse a un germen que produce una infección, nuestras células de la llamada "inmunidad innata" rápidamente lo reconocen como un invasor y lo intentan digerir y destruir. Estas dos capacidades se ven mermadas en presencia de un mal control de la glucemia. Además, estas células de la inmunidad innata procesan proteínas del microbio y las presentan a los linfocitos para que el sistema llamado de "inmunidad adquirida" actúe también, destruyendo las células infectadas antes de que el germen se pueda propagar más, e induciendo la producción de anticuerpos frente al microbio. Sin embargo, con la presencia de diabetes las células de la "inmunidad innata" tienen dificultad en ingerir el germen y no pueden procesar y presentar sus antígenos a los linfocitos adecuadamente. Estas alteraciones inmunológicas son más graves aún en el contexto de la cetoacidosis diabética, habitualmente ligada a la diabetes mellitus tipo 1.

Asimismo, la piel es una barrera esencial para proteger el tejido que está por debajo de la infección. En la diabetes, sobre todo tras años de evolución, es más fácil presentar heridas en la piel, ya que el paciente no detecta esas lesiones o si la piel se atrofia y se agrieta.

¿Qué tipos de infecciones son más frecuentes o graves en la persona con diabetes?

Lo son las de la piel y el tejido subyacente, del aparato urinario, las neumonías, la COVID-19, la hepatitis C y las infecciones por hongos, sobre todo las genitales y orales. También se pueden ver casos de colecistitis graves y de infecciones del oído externo que sin tratamiento se convierten en graves.

Dentro de las infecciones de la cavidad oral, es muy frecuente la enfermedad periodontal grave, con riesgo de pérdida de dentadura.

¿Qué puede hacer la persona con diabetes para prevenir estas infecciones?

1. Asegurar una buena higiene corporal.
2. Evitar que la piel se seque y se agriete.
3. Repasar el estado de la piel para detectar heridas y zonas de enrojecimiento acudiendo al médico o enfermera de inmediato en caso de hallar alteraciones.
4. En caso de tos, fiebre, molestias al orinar, sangre en la orina, molestias o secreción en la oreja, dolor abdominal intenso, o dolor en genitales, acudir al médico.
5. En el caso de la periodontitis, la prevención es esencial. Se realiza mediante un correcto cepillado de dientes, uso de hilo dental, y revisiones periódicas con el dentista.
6. Mantener un buen control de la glucemia para que no bajen las defensas.

7. Asegurar estar al día de las vacunas recomendadas, como la vacuna para neumococo, gripe y COVID-19, ya que disminuyen el riesgo de enfermedad y/o enfermedad grave.