

## Médicos del proyecto DIABFRIL-LATAM advierten del grave impacto de las olas de calor en personas mayores con diabetes

- Los expertos recomiendan extremar las precauciones de este colectivo mientras se mantengan las altas temperaturas estos meses en España y Europa.
- La exposición al calor favorece la deshidratación, lo que puede llevar a un aumento de la glucemia y a la diuresis asociada
- Las personas que padecen esta enfermedad tienen un 30% más de probabilidades de sufrir complicaciones relacionadas con el calor que el resto de la población

**Madrid, 12 de agosto de 2024.-** El equipo médico del proyecto DIABFRIL-LATAM, un estudio desarrollado en América Latina y el Caribe que busca mejorar la calidad de vida de los pacientes mayores con diabetes a través de un enfoque integral, ha advertido del impacto de las olas de calor en las personas mayores, especialmente en aquellas que sufren diabetes.

Los expertos del proyecto -donde participa también la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA)- han pedido a asociaciones e instituciones que protejan a este colectivo mientras se mantengan las temperaturas tan altas porque, de lo contrario, las consecuencias “pueden ser graves”.

En este sentido, la doctora y farmacóloga clínica de DIABFRIL-LATAM, Laura Pedraza, ha explicado que la diabetes “aumenta el riesgo de daños por exposición al calor debido a los efectos de la enfermedad sobre la capacidad del organismo para regular la temperatura” y ha añadido que la exposición al calor “favorece la deshidratación, lo que puede llevar a un aumento de la glucemia y la diuresis asociada”. Esta situación, según Pedraza, “es especialmente peligrosa para los pacientes mayores con diabetes, quienes ya presentan un mayor riesgo de complicaciones”.

De hecho, la doctora ha recordado que las personas con diabetes “tienen un 30% más de probabilidades de sufrir complicaciones relacionadas con el calor en comparación con aquellas que no la padecen”. “Las olas de calor han sido responsables de aumentos significativos en la hospitalización de estos pacientes”, ha recalcado.

Ante las elevadas temperaturas que se registrarán durante el verano, la especialista ha recomendado a los pacientes deben:

1. Mantenerse Hidratados: Beber agua con frecuencia, incluso si no se siente sed, para evitar la deshidratación.

2. Eitar salir durante las horas de mayor calor: Quedarse en casa o en lugares frescos durante las horas de mayor calor, generalmente entre las 11 a.m. y las 4 p.m.
3. Controlar la Glucosa: Medir los niveles de glucosa con mayor frecuencia, ya que el calor puede afectar los niveles de azúcar en sangre.
4. Vestirse Apropriadamente: Usar ropa ligera y de colores claros, y protegerse del sol con sombreros y gafas de sol.
5. Consultar al Médico: Si se presentan síntomas como mareos, confusión, o calambres musculares, buscar atención médica de inmediato.

Al margen de los pacientes con diabetes, CEOMA ha recomendado a todas las personas mayores mantenerse hidratadas y en espacios frescos y ventilados, y ha pedido a las instituciones que tomen las medidas necesarias para evitar complicaciones en este grupo poblacional, especialmente en las personas que viven solas. Reforzar los equipos en los ambulatorios y mejorar la atención domiciliaria son algunas de las medidas que propone CEOMA para ayudar a que las personas mayores puedan disfrutar del verano sin sufrir problemas de salud relacionados con el calor.

#### **Acerca del Proyecto DIABFRAIL-LATAM:**

DIABFRAIL-LATAM es una iniciativa que busca mejorar la calidad de vida de los pacientes mayores con diabetes en América Latina y el Caribe. A través de un enfoque integral, el proyecto aborda los desafíos del envejecimiento y la diabetes, promoviendo estrategias para la prevención y el manejo de esta enfermedad. Más información: <https://diabfrail-latam.eu/>

#### **Confederación Española de Organizaciones de Mayores**

**CEOMA** es una entidad sin ánimo de lucro creada para la defensa de los derechos de las personas mayores. Representa a 26 organizaciones de mayores de las distintas Comunidades Autónomas, con más de 800.000 socios de base y más de 1.500 Asociaciones. Más información: [www.CEOMA.org](http://www.CEOMA.org)



#### **Celia Moreno Garrido**

Coordinadora General  
Responsable de Comunicación e Imagen Institucional  
[celiamoreno@CEOMA.org](mailto:celiamoreno@CEOMA.org)  
C/ Fernando el Católico, 10 - Local 7 28015 MADRID  
Móvil: 626 170 705  
Tel.: 91 557 25 56

#### **Isana Navarro**

Europa Press Comunicación  
[isananavarro@europapress.es](mailto:isananavarro@europapress.es)  
600 90 55 65

**INFORMACIÓN PROTECCIÓN DE DATOS.** Responsable: CEOMA (Confederación Española de Organizaciones de Mayores) CIF: G-82662473

*Le informamos que sus datos identificativos y los contenidos en los correos electrónicos y ficheros adjuntos pueden ser incorporados a nuestras bases de datos con la finalidad de mantener relaciones profesionales y/o comerciales y, que serán conservados mientras se mantenga la relación. Si lo desea, puede ejercer su derecho a acceder, rectificar y suprimir sus datos y demás reconocidos normativamente dirigiéndose al correo emisor o en [CEOMA@CEOMA.org](mailto:CEOMA@CEOMA.org).*

*Este mensaje y cualquier documento que lleve adjunto, en su caso, puede ser confidencial y destinado únicamente a la persona o entidad a quien ha sido enviado.*