

Chicote afirma que “en San Valentín, más que nunca, es importante cuidar del corazón, sobre todo si tienes diabetes”

La campaña #DiabetesPorTuCorazón persigue concienciar sobre la importancia de adoptar hábitos de vida saludables para prevenir y controlar la diabetes tipo 2, así como advertir sobre los problemas cardiovasculares asociados

El workshop cardiosaludable ha contado con la colaboración del Dr. Morales y la Asociación de Diabetes de Sevilla (ANADIS)

El conocido chef y presentador de televisión ha cocinado con pacientes, periodistas e influencers unas sardinas ahumadas sobre ajoblanco y pan de cristal

Sevilla, 12 de febrero de 2020 – El conocido chef y presentador de televisión **Alberto Chicote** ha realizado en Sevilla un workshop cardiosaludable de la mano del **Dr. Cristóbal Morales, especialista en Endocrinología del Hospital de Día y Unidad de Investigación en Diabetes del HUV Macarena** y con el apoyo de la **Asociación de Diabetes de Sevilla (ANADIS)**. La acción forma parte de la de la campaña [#DiabetesPorTuCorazón](#), una iniciativa de **Boehringer Ingelheim y Lilly** que tiene como objetivo sensibilizar sobre la relación entre el riesgo cardiovascular (CV) y la diabetes mellitus tipo 2 (DM2), ya que entre el 50% y el 80% de quienes la padecen mueren por complicaciones como el infarto de miocardio o el ictus^{1,2}.

Durante el encuentro, Alberto Chicote ha mostrado paso por paso la elaboración de sardinas ahumadas sobre ajoblanco y pan de cristal, una receta cardiosaludable y muy equilibrada para San Valentín, y también adecuada para personas con DM2. Posteriormente, los pacientes, periodistas e influencers asistentes han podido recrear el plato y cocinarlo junto al famoso chef, siguiendo sus consejos e indicaciones. El workshop ha servido para demostrar la importancia de cocinar de modo cardiosaludable para evitar las complicaciones cardiovasculares si se padece DM2.

El **Dr. Cristóbal Morales**, portavoz de este encuentro, ha explicado a los asistentes la relación que existe entre diabetes tipo 2 y riesgo cardiovascular, así como consejos para cuidar la salud del corazón si se padece la enfermedad. *“Hay una relación muy estrecha y directa entre diabetes tipo 2 no controlada y riesgo cardiovascular. La buena noticia es que es prevenible ya que, con un buen diagnóstico precoz, un buen tratamiento farmacológico, una correcta dieta, un correcto ejercicio y un control de todos los factores del riesgo cardiovascular, como son la hipertensión, los lípidos o el tabaco, podemos prevenir esa complicación de la diabetes tipo 2 como son las enfermedades del corazón”*, declara el **Dr. Morales**.

“Lo más importante es concienciar de que la diabetes tipo 2 es una enfermedad peligrosa si no se cuida. Por lo tanto, los principales consejos son: llevar un control de la diabetes, tener una vida lo más saludable posible, comer sano y hacer ejercicio. También hay que tomar la medicación aconsejada, seguir los

consejos de tu equipo sanitario y, por último, no fumar, ya que podemos evitar las complicaciones cardíacas de la diabetes”, concluye el doctor.

En este sentido, **Alberto Chicote** ha añadido que *“en San Valentín, más que nunca, es importante cuidar de nuestro corazón, en todos los aspectos y sobre todo si se padece diabetes. Cocinar sano y de modo cardiosaludable no está reñido con comer sabroso, hay muchas opciones de recetas que son adecuadas para las personas con diabetes y que a la vez cuidan de la salud de nuestro corazón”.*

Ana María Álvarez, presidenta de **ANADIS (Asociación de Diabetes de Sevilla)** que también ha participado en el workshop, ha añadido que *“en la mayoría de los casos, los pacientes están muy poco concienciados sobre las complicaciones de su enfermedad. A parte, existe una mínima educación diabetológica, aun siendo muy importante para los pacientes. Por ello, se tendría que ofrecer mucha más información sobre los riesgos que puede provocar en el momento en el que se diagnostica la enfermedad”,* concluye.

La campaña [#DiabetesPorTuCorazón](#) busca concienciar sobre la importancia de adoptar hábitos de vida saludables para prevenir y controlar la DM2, así como dar a conocer los problemas cardiovasculares asociados. En **España cada hora se diagnostican 44 nuevos casos de DM2³**, una cifra que va en aumento a pesar de que hasta en **el 80% de las ocasiones pueden prevenirse con unos hábitos de vida saludables^{1,2}**. El buen pronóstico de estos pacientes depende, en gran medida, del control de la enfermedad, mientras que la falta de autocuidado, por el contrario, está asociada a un mayor riesgo de discapacidad, disminución de la calidad de vida y una mayor mortalidad^{4,5,6}. En este sentido, la alimentación y la práctica de ejercicio físico ayudan a controlar la DM2 y evitan la aparición de problemas del corazón, que son más frecuentes en este colectivo de enfermos.

Boehringer Ingelheim y Eli Lilly and Company

En enero de 2011, **Boehringer Ingelheim** y **Eli Lilly and Company** anunciaron una alianza en el campo de la diabetes que se centra en cuatro compuestos en desarrollo que representan a varias clases de tratamientos. La alianza aprovecha los éxitos de ambas empresas, que son dos de las empresas farmacéuticas líderes del mundo, combinando los sólidos antecedentes de **Boehringer Ingelheim** en cuanto a innovación basada en la investigación y la innovadora investigación de **Lilly**, además de su experiencia y su historia de pionera en el campo de la diabetes. Al unir fuerzas, las empresas demuestran compromiso con la atención de los pacientes con diabetes y se mantienen unidas para concentrarse en las necesidades de los pacientes. Obtenga más información sobre la alianza en www.boehringer-ingelheim.com o www.lilly.com.

Boehringer Ingelheim “Aportar valor a través de la innovación”

El objetivo de esta empresa farmacéutica impulsada por la investigación es mejorar la salud y la calidad de vida de los pacientes. La compañía se centra en enfermedades para las cuales no existe una opción de tratamiento satisfactoria hasta la fecha, con el objetivo de desarrollar terapias innovadoras que puedan alargar la vida de los pacientes. En salud animal, **Boehringer Ingelheim** es sinónimo de prevención avanzada.

El grupo **Boehringer Ingelheim** es una de las 20 compañías farmacéuticas líderes en el mundo. Con sede en Ingelheim, Alemania, cuenta con alrededor de 50.000 colaboradores/as. Desde su fundación en 1885, la compañía de propiedad familiar se ha comprometido con la investigación, el desarrollo, la producción y la comercialización de nuevos productos de alto valor terapéutico para la medicina humana y animal.

Como empresa familiar, **Boehringer Ingelheim** se centra en el éxito a largo plazo, en lugar de ganancias a corto plazo. Por lo tanto, la compañía apuesta por el crecimiento orgánico a partir de sus propios recursos, abriéndose también a asociaciones y alianzas estratégicas en investigación. En todo lo que hace, **Boehringer Ingelheim** es responsable con las personas y el medio ambiente.

La compañía se instaló en España en 1952. Con sede en Sant Cugat del Vallès (Barcelona), actualmente cuenta con más de 1.800 colaboradores/as y dos centros internacionales de producción en Sant Cugat del Vallès y Malgrat de Mar.

Sobre Lilly Diabetes

En su continuo compromiso con el tratamiento de la diabetes, Lilly aporta a los pacientes tratamientos revolucionarios que les posibilitan vivir más tiempo, más sanos y con mayor calidad. Desde 1923, Lilly ha sido el líder de la industria en terapias pioneras para ayudar a que los profesionales médicos mejoren las vidas de las personas con diabetes, y a continuar con la investigación en medicamentos innovadores que den respuesta a las necesidades no cubiertas de los pacientes. Para obtener más información sobre los productos actuales de Lilly en diabetes visite www.lillydiabetes.es.

Sobre Lilly

Lilly es un líder global de la atención sanitaria que une pasión con descubrimiento para mejorar la vida de las personas en todo el mundo. Nuestra compañía fue fundada hace más de un siglo por un hombre comprometido a fabricar medicinas de gran calidad que atienden necesidades reales. Hoy seguimos siendo fieles a esa misión en nuestro trabajo. En todo el mundo los empleados de Lilly trabajan para descubrir y ofrecer medicinas vitales a aquellos que las necesitan, mejorar la comprensión y el tratamiento de la enfermedad y contribuir a las comunidades a través de la acción social y el voluntariado. Si desea más información sobre Lilly, visite www.lilly.com, <http://newsroom.lilly.com/social-channels> y <http://www.lilly.es>

REFERENCIAS

1. Nwaneri C, Cooper H, Bowen-Jones D. Mortality in type 2 diabetes mellitus: magnitude of the evidence from a systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Diabetes & Vascular Disease*. 2013;13(4):192-207.
2. Morrish NJ, et al. Mortality and causes of death in the WHO Multinational Study of Vascular Disease in Diabetes. *Diabetologia*. 2001; 44 Suppl 2:S14-21.
3. CIBERDEM. Estudio Di@bet.es. 2018.
4. Rodríguez Artalejo, Fernando; Epidemiología de la nefropatía diabética en España (hechos y cifras). *Rev. Esp Cardiol*. 2007;7(Supl A):5-8. – Vol.7 Núm. Supl.A
5. Documentos clínicos SEMERGEN. Factores de Riesgo Cardiovascular. 2005.
6. Vila, L;Viguera, J; Alemán, R. Retinopatía diabética y ceguera en España. *Epidemiología y prevención*. Publicado en *Endocrinol Nutr*. 2008;55:459-75. – vol. 55 núm 10