

Sustos, diabetes e ideas erróneas

“Tomar azúcar o comer dulces luego de un susto puede volverte diabético”, me decían de pequeño. ¿Qué tan cierta es esta idea popular? La respuesta corta es *nada*. La diabetes es un conjunto de enfermedades crónicas debidas a que el páncreas tiene problemas para producir insulina, una hormona muy importante encargada de que la glucosa llegue a través de la sangre a todas las células del cuerpo. La glucosa es un tipo de azúcar que obtenemos de los alimentos y es nuestra principal fuente de energía.

Cuando un paciente sufre de diabetes hay muy poca insulina que le permita aprovechar la glucosa. En consecuencia el azúcar no puede entrar a las células y se acumula en el torrente sanguíneo aumentando su concentración. Es por eso que suele decirse que los diabéticos tienen mucha azúcar en la sangre.

Si bien un buen susto puede aumentar temporalmente los niveles de glucosa en la sangre, si está sano el cuerpo es perfectamente capaz de volver a sus niveles normales. Hasta la fecha no se ha encontrado ninguna relación entre un susto o impresión como causa de esta enfermedad crónica. Sin embargo, niveles altos de estrés pueden volver más evidentes los síntomas de una diabetes que ya se posee. En otras palabras, un susto no te provoca la diabetes pero sí puede ayudar a darte cuenta de que tenías la enfermedad.

Osmar Rivera Ramírez
Estudiante de biología
Facultad de Ciencias, UNAM



este espacio
ES TUYO

Aquí puedes publicar tus comentarios,
reflexiones y experiencias en torno a la ciencia.

Envíanos un texto breve y tus datos a comoves@dgdc.unam.mx