

Glucemia a raya con cena suave y desayuno fuerte

▶ Datos de un pequeño estudio realizado en diabéticos tipo 2

CF. Un pequeño estudio publicado la pasada semana en la revista *Diabetologia* muestra que las personas con diabetes tipo 2 que consumen un desayuno altamente energético y una cena de bajo poder energético tienen un mejor control de la glucemia que los que toman un desayuno de baja ener-

gía y una cena de alta energía.

El estudio, coordinado por Daniela Jakubowicz, investigadora de la Universidad de Tel Aviv (Israel), incluyó a 18 individuos con diabetes tipo 2 de menos de 10 años de duración, en un rango de edad de entre los 30 y los 70 años, un índice de masa corporal de 22-35 kg/m², y tratados con metformina y/o asesoramiento dietético. Los pacientes fueron asignados al azar a dos tipos de dieta durante una semana.