

INVESTIGACIÓN**Numerosos estudios avalan la relación entre la diabetes y el mal de Alzheimer**

Actualizado lunes 07/08/2006 13:42 (CET)

ELMUNDO.ES

MADRID.- Cada vez son más las investigaciones que apuntan que la diabetes aumenta el riesgo de desarrollar mal de Alzheimer. Los casos de diabetes tipo 2 han aumentado de forma espectacular en los últimos años y en algunas ciudades de Estados Unidos se considera una auténtica epidemia. Si los presentes y futuros estudios constatan el vínculo entre ambas enfermedades, la posibilidad de controlar los factores de riesgo de la enfermedad neurodegenerativa supondría un enorme avance social y sanitario.

"El vínculo entre Alzheimer y diabetes tiene **implicaciones muy importantes para la salud pública**", ha explicado Ronald Petersen, vicepresidente del consejo científico y médico de la Asociación Alzheimer.

"El número de personas con Alzheimer y la cantidad de casos que se avecinan está aumentando dramáticamente a medida que las personas nacidas en el **'baby boom'** alcanzan los 60 años y, por lo tanto, se acercan a la edad de mayor riesgo de desarrollar la enfermedad", ha argumentado durante la presentación de numerosos trabajos científicos que constatan el vínculo, en la X Conferencia Internacional del mal de Alzheimer.

Cerca de un tercio de los estadounidenses padecen diabetes o presentan intolerancia al azúcar, que se considera un paso previo al desarrollo del trastorno metabólico completo. **En España, cerca de dos millones de personas padecen diabetes**, el 90% de tipo 2.

Petersen teme que la tendencia de las sociedades desarrolladas a la obesidad, uno de los principales factores de riesgo de diabetes tipo 2, duplique los casos de Alzheimer. No obstante, es en cierto modo tranquilizador que el supuesto factor de riesgo de Alzheimer, la diabetes tipo 2, sea un **factor de riesgo modificable** a través de pautas tan sencillas como evitar el sedentarismo o llevar una dieta equilibrada.

Entre los diversos estudios sobre el asunto destaca una investigación del Instituto Karolinska y el Centro de Investigación Gerontológica de Estocolmo, en Suecia, que ha demostrado la asociación entre demencia y diabetes. Durante nueve años los investigadores siguieron a 1.173 personas mayores de 75 años. A 47 de ellos se les diagnosticó prediabetes. Aproximadamente un tercio de la muestra (397) desarrollaron demencia durante el seguimiento; 307 casos eran demencia tipo Alzheimer.

Un modo de vida saludable

Comprobaron que la prediabetes aumentaba el riesgo de padecer Alzheimer en un 70%. Y esta relación se cumplía en los pacientes que no portaban el alelo ApoE e4, un gen que eleva mucho el riesgo de padecer esta enfermedad neurodegenerativa.

Cuando los pacientes tenían, además, hipertensión sistólica el riesgo era mucho más alto.

El doctor Weili Xu, director de la investigación, coincide con Petersen y señala que si se confirma esta relación, la sanidad pública se vería beneficiada, ya que tendría las pautas para evitar un importante factor de riesgo. Por eso recalca la importancia de que "los **niveles anormales de glucosa** se pueden mejorar con un estilo de vida saludable", así como la necesidad de detectar la prediabetes.

Otro reciente estudio apunta que una toxinas llamadas 'productos finales de la glucosilación avanzada' (AGEs), **sustancias dañinas** que se encuentran en alta cantidad en personas con diabetes, insuficiencia renal y enfermedad cardiovascular, favorecen la formación de las placas amiloide y ovillos característicos del Alzheimer. Así lo han comprobado en ensayos en laboratorio, la psiquiatra Michal Schnaider Beerli y su equipo de la Facultad de Medicina del Monte Sinai en Nueva York.

También evaluaron la memoria de 200 personas mayores de 70 años y sus niveles de AGEs en sangre. Las personas con un nivel de estos productos más alto hicieron mucho peor los test de evaluación. De nuevo los resultados apuntan hacia la posibilidad de que la dieta "prevenga o retrase la aparición del Alzheimer".