



Población diabética y prevención cardiovascular

La pérdida de peso es un objetivo clave para mermar el riesgo de sufrir una enfermedad cardiovascular en pacientes con diabetes mellitus tipo 2

Redacción

La enfermedad cardiovascular es la principal causa de morbilidad y mortalidad entre las personas diabéticas. El riesgo anual de muerte es 2 a 3 veces superior en personas diabéticas que en las que no lo son. De hecho "un diabético tiene tantas posibilidades de sufrir una enfermedad coronaria como una persona que ya ha padecido un episodio de ese tipo. A ellos se les exige más control de los restantes factores de riesgo", explica Martín López de la Torre, especialista en Endocrinología y Nutrición Hospital Universitario Virgen de las Nieves, en Granada. Si a una persona sana de perfil medio se le recomienda tener la tensión en torno a 14,9, para un diabético el límite se sitúa en 13,8. Asimismo, los niveles de colesterol que los especialistas sitúan como normal pueden llegar a los 130. Para una persona que sufre diabetes mellitus tipo 2 estarían en torno a los 100. Respecto a las costumbres cardiosaludables, basadas en una alimentación y el ejercicio físico adecuados y en no fumar, suelen ser más estrictas si cabe entre la población diabética. Esto, para López de la



Imagen de un paciente sometido a un test glucémico en una campaña de detección de la diabetes.

Torre, es un factor muy importante a tener en cuenta: "el reto es conseguir que estos pacientes pierdan peso, no ya por las obvias ventajas para su salud sino porque eso probablemente aumente la eficacia de los tratamientos farmacológicos utilizados". En este sentido, el especialista indica que en los próximos dos o cinco años se asentará parte del arsenal terapéutico especialmente eficaz para estadios precoces de la enfermedad, lo que ayudará a controlar a estos pacientes mejor y poder establecer un pronóstico más optimista en cada caso.

Respecto a la valoración sobre el abordaje actual de estos pacientes y sus complicaciones asociadas a problemas cardiovasculares, afir-

OBESIDAD

La pérdida de peso no sólo refuerza la salud cardiovascular, también puede mejorar la acción de los tratamientos

ma que cada vez, poco a poco, se controlan mejor y existe más concienciación sobre los factores de riesgo y su importancia, especialmente la hipertensión arterial y el tabaquismo. Actualmente un 75 por ciento de los enfermos de diabetes mellitus tipo 2 es obeso. Por eso, el control de la obesidad se ha convertido en el reto principal para el abordaje de este tipo de pa-

cientes. La dieta y el ejercicio físico son los dos pilares principales que posibilitan ese control óptimo. "Es importante que la información que los pacientes tienen sobre su enfermedad mejore y sobre todo, que lo asimilen", afirma. La educación del paciente sobre estos temas es otro de los retos actuales de los profesionales de esta especialidad, que tratan de subrayar que "se puede realizar ejercicio físico adecuado a cada persona y edad". Para las personas mayores, caminar es ya una actividad útil y beneficiosa para su organismo. Además de los logros preventivos, "este tipo de actividades preventivas pueden acarrear una mejora de la calidad de vida de los diabéticos", explica López de la Torre.

Nuevas opciones en el abordaje de la enfermedad

Redacción

El Congreso Mundial sobre Diabetes, celebrado recientemente en Ciudad del Cabo, Sudáfrica, amparado por la Federación Internacional de la Diabetes, ofreció datos relevantes sobre el perfil del abordaje farmacológico óptimo y el control glucémico de los pacientes con diabetes tipo 2.

"El tratamiento de la diabetes tipo 2 no debe centrarse únicamente en el control de la glucemia; debe mejorar también otros factores de riesgo cardiometabólico, como el peso, los niveles de colesterol bueno y malo, la trigliceridemia y la presión arterial", afirma el Julio Rosenstock, Director del Center Diabetes and Endocrine Center del Medical City Hospital de Dallas, Estados Unidos, que intervino en la citada reunión como investigador participante en el estudio Serenade. Este trabajo sugiere que el principio activo rimonabant puede mejorar el control glucémico, consiguiendo una reducción significativa del peso y corrigiendo otros factores de riesgo. En el estudio participaron 278 pacientes seleccionados en 56 centros de Estados Unidos, Alemania, Argentina, Chile, Hungría, Polonia y Países Bajos. Para poder ser incluidos en el estudio, los pacientes debían presentar un diagnóstico de diabetes tipo 2 inferior a 3 años y no haber recibido tratamiento con un antidiabético en los 6 meses anteriores.

Cerco científico al perímetro abdominal como pronóstico

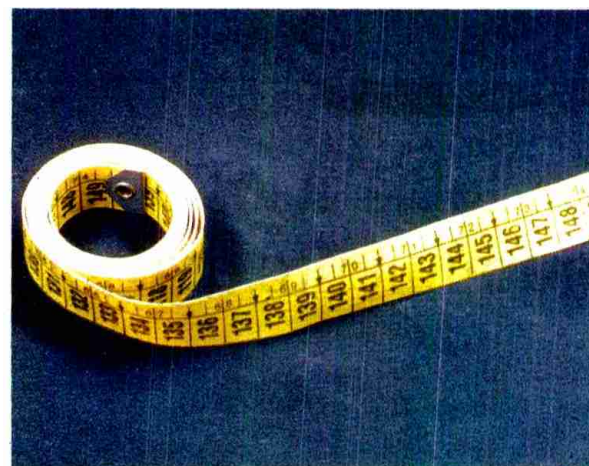
Redacción

El número de la revista *Nature* publicado el pasado jueves recoge una revisión sobre la relación entre la obesidad abdominal y el síndrome metabólico. El trabajo aparece firmado por Jean-Pierre Després e Isabel Lemieux, director y miembro respectivamente del área de cardiología del Centro de Investigación del Hospital de Laval, situado en Quebec, Canadá. Según algunas de las ideas expre-

sadas por los autores, la obesidad abdominal es la manifestación de síndrome metabólico encontrada con mayor frecuencia por los médicos, destacando la importancia de medir la circunferencia de la cintura en la práctica clínica. Además, aunque es importante evaluar la obesidad abdominal, los médicos deben, por todos los medios, prestar atención a los factores clásicos de riesgo (edad, sexo, colesterol bueno y colesterol malo, presión sanguínea, tabaco y

diabetes) para evaluar adecuadamente el riesgo global de enfermedad cardiovascular.

Este trabajo ayuda a enfatizar los riesgos que la acumulación de grasa intrabdominal tiene para la salud cardiovascular, llegando incluso a proponer que la medida de la circunferencia de la cintura podría ofrecer una evaluación sencilla pero útil de la obesidad abdominal, término considerado ahora como un nuevo factor de riesgo de la enfermedad cardiovascular.



La cinta métrica, instrumento habitual en la consulta.