

Nueva escala para calcular el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2

Jano On-line

Investigadores coordinados por el German Institute of Human Nutrition Potsdam-Rehbruecke (Alemania) desarrollaron y validaron una escala de medición del riesgo que predice con precisión la aparición de la diabetes tipo 2 según la alimentación, el estilo de vida y las medidas corporales.

De acuerdo con el estudio, publicado en la revista "Diabetes Care", la Escala Alemana de Riesgo de Diabetes (German Diabetes Risk Score) identifica con precisión a los adultos con diabetes tipo 2 sin diagnosticar o a aquellos con alto riesgo de desarrollar la condición, sin utilizar pruebas invasivas.

Los investigadores evaluaron datos de 9.729 hombres y 15.438 mujeres participantes del estudio European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC) para desarrollar la escala de riesgo y confirmaron su precisión con datos de otros tres estudios: EPIC-Heidelberg, Tubingen Family Study for Type 2 Diabetes y Metabolic Syndrome Berlin Potsdam Study.

Se le asignaron calificaciones a los "factores de riesgo establecidos" de diabetes tipo 2, como son la edad, la circunferencia de cintura, la altura, los antecedentes de hipertensión, la actividad física, el tabaquismo y el consumo de carne roja, pan integral, café y alcohol.

Las calificaciones individuales oscilaron entre 118 y 983, con un nivel promedio de 446 puntos.

Según los autores, la probabilidad de desarrollar diabetes dentro de los cinco años posteriores a la medición en el estudio EPIC-Potsdam aumentó del 0,3% para una persona con 300 puntos de riesgo al 23,2% para aquella con 750 puntos.

La Escala Alemana de Riesgo de Diabetes resultó tan eficiente o más que las escalas conocidas, pero que recurren a mediciones más invasivas, como la resistencia a la insulina y la alteración de la secreción insulínica, indicó el equipo.

"Lo importante es que la mayoría de los factores están relacionados con la alimentación y el estilo de vida, lo que sugiere que si se modifican, el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 disminuiría significativamente", explicaron los autores.

[Diabetes Care 2007;30:510-515](#)