

ENDOCRINOLOGÍA ACONSEJAN HACER UN CRIBADO SELECTIVO PARA IDENTIFICAR LOS CASOS

La frontera entre prediabetes y diabetes tipo 2 es artificial

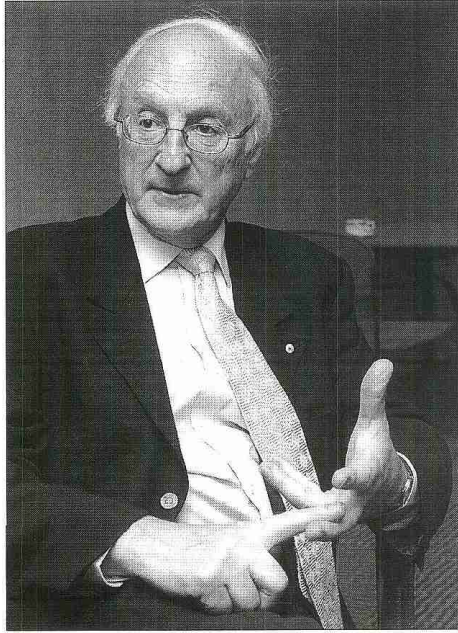
→ La incidencia de prediabetes es el doble que la de diabetes. Los individuos afectados también presentan riesgo cardiovascular, ya que la fron-

tera entre ambas es artificial. Por esta razón hay que hacer un cribado selectivo de estos pacientes, ha dicho Paul Zimmet en Barcelona.

■ **Patricia Morén** Barcelona
"La frontera entre prediabetes y diabetes es artificial", ya que el riesgo de enfermedad cardiovascular está aumentado incluso aunque los niveles de glucosa estén por debajo de la condición de diabetes, ha destacado Paul Zimmet, profesor de la Universidad australiana de Monash y director del Instituto Internacional de Diabetes.

La incidencia estimada de prediabetes en el mundo actual es probablemente el doble que la de diabetes. Estas personas también tienen riesgo cardiovascular aunque aún no hayan sido diagnosticadas de diabetes, ha subrayado Zimmet, en una entrevista concedida a **DIARIO MÉDICO** en el marco del II Congreso Internacional de Prediabetes y Síndrome Metabólico, que se ha celebrado en Barcelona.

Zimmet ha instado a los médicos de familia y a otros especialistas a realizar un cribaje selectivo para identificar a los pacientes con prediabetes. En concreto, debería someterse a este cribado a los que tengan anteceden-



Paul Zimmet, del Instituto Internacional de Diabetes.

tes familiares de diabetes, las mujeres con macrosomas o diabetes gestacional y personas con enfermedad cardiovascular.

Zimmet ha destacado que

los hijos de mujeres que han desarrollado diabetes durante la gestación tienen mayor probabilidad de presentar diabetes durante la etapa adulta y, de este modo, la

diabetes se está convirtiendo en un problema intergeneracional. En este sentido, está aumentando la investigación en epigenética y diabetes.

Ha alertado también de que "la diabetes es la mayor epidemia que ha habido a lo largo de la historia humana". En el año 2025 se estima que habrá 450 millones de afectados. Los países donde esta enfermedad tiene un mayor impacto son los emergentes o en vías de desarrollo, como India, China, países de Oriente Medio, África y el área del Caribe.

El consenso para la prevención de la diabetes 2 que la Federación Internacional de Diabetes ha presentado por primera vez en Barcelona recoge un resumen de los estudios de intervención más importantes en diabetes, tanto sobre estilos de vida como con fármacos, dado que se plantea el uso de ayudas farmacológicas porque sólo entre el 50 y el 60 por ciento de los afectados logran cambiar sus estilos de vida.



Jordi Cortada preside la Asociación Española de Andrología.

PARA COMBATIR LOS SÍNTOMAS ASOCIADOS

El principal reto en el SDT es consensuar el análisis de los valores de testosterona

■ **Patricia Morén** Barcelona

El principal reto que se perfila en el manejo del síndrome de déficit de testosterona (SDT) es alcanzar un consenso sobre cómo deben efectuarse los análisis de los valores normales, a fin de que sean homogéneos, ha explicado Jordi Cortada, presidente de la Asociación Española de Andrología y uno de los participantes en el II Congreso Internacional de Prediabetes y Síndrome Metabólico, celebrado en Barcelona.

En la actualidad hay un grupo de trabajo, en el seno de la asociación que preside Cortada, que está analizando cómo alcanzar ese consenso en los análisis de testosterona. Ahora, cuando los niveles de esta hormona se hallan por debajo de 8 nanogramos, por lo general hay que actuar, y si se sitúan entre 8 y 12 nanogramos "es más discutible".

El tratamiento para suplir el déficit de testosterona en los varones tiene como objetivo combatir los síntomas de cansancio, debilidad, acaloramientos, pérdida de fuerza muscular y aumento de grasa abdominal y en las mamas, osteopenia, disminución del impulso sexual,

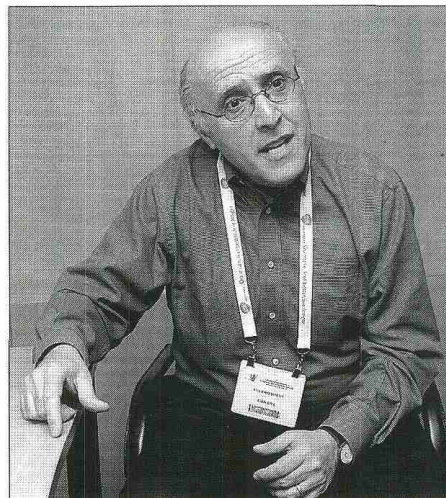
depresión y disfunción eréctil. Habitualmente, los profesionales más sensibles con el SDT son los andrólogos y los endocrinólogos, mientras que otros especialistas deberían comenzar a poner más énfasis en la identificación de los pacientes que sufren este síndrome. Se estima que, a partir de los 40 ó 45 años, tres de cada cuatro hombres están afectados a distintos niveles.

Cortada explica que los andrólogos son más sensibles a este déficit hormonal porque también lo son con la salud sexual, mientras que los endocrinólogos han observado que los tratamientos sustitutivos de la testosterona (en geles, parches, inyectables o comprimidos) logran una mejoría en pacientes con resistencia a la insulina y diabetes.

En este sentido, en el congreso de Barcelona se ha comentado el estudio multicéntrico *Times 2*, coordinado por ProStrakan y diseñado para medir el efecto de la sustitución transdérmica de testosterona con un gel tópico al 2 por ciento en varones con hipogonadismo, síndrome metabólico o diabetes de tipo 2.

LAS CIUDADES DEBERÍAN SER GRANDES MÁQUINAS DE GIMNASIA

La ingesta de demasiadas calorías no explica por sí sola la avalancha de casos de prediabetes y diabetes de la sociedad moderna. Avi Friedman, profesor titular de Arquitectura de la Universidad McGill, de Montreal, ha sido invitado al congreso de Barcelona para explicar cómo transformar las ciudades actuales para promover una vida más activa. En síntesis, ha planteado convertirlas en grandes máquinas de hacer ejercicio. "Si uno tiene una vida activa durante toda la semana, no es necesario ir al gimnasio el fin de semana", ha señalado. Con esta finalidad, sugiere que los suburbios tengan sus propios centros comerciales para evitar que los ciudadanos se desplacen en coche hasta el centro urbano sólo para comprar; que se habiliten carriles-bicis para favorecer que los niños acudan a la escuela pedaleando; configurar un sistema de alquiler de bicicletas a coste cero o anecdótico, emulando a urbes como Bruselas; y crear parques donde los niños puedan jugar y ubicar en ellos máquinas para hacer ejercicio físico, apenas inexistentes en los espacios públicos al aire libre, pero sí extendidas en los gimnasios. Además, plantea que las empresas construyan un gimnasio para sus empleados o que faciliten el uso de uno próximo.



El arquitecto canadiense Avi Friedman.