

ENDOCRINOLOGÍA

Fumar aumenta el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2

Un trabajo concluye que el tabaco multiplica la posibilidad de sufrir alteraciones en el metabolismo de la glucosa. Nuevos estudios revelarán exactamente por qué

ALEJANDRA RODRÍGUEZ

Un equipo científico formado por investigadores de las Universidades de Lausanna (Suiza) y Calgary (Canadá) ha llevado a cabo una exhaustiva revisión de los trabajos más rigurosos acerca de la relación del tabaquismo con la diabetes tipo 2. El veredicto, publicado en el último número de la revista *The Journal of the American Medical Association* (JAMA) es que la primera causa evitable de muerte en todo el mundo —la adicción al cigarrillo— está implicada en un mayor riesgo de desarrollar lo que ya se ha convertido en una pandemia en las sociedades industrializadas; los problemas en el metabolismo de la glucosa fruto de los malos hábitos.

Existe un amplio número de trabajos sobre este tema, pero los autores del estudio escogieron los 25 de mayor calidad. Todos encontraron mayor o menor relación entre el tabaquismo y la diabetes del adulto; excepto uno.

«Esta asociación persiste y es estadísticamente significativa independientemente de otros factores clínicos que se tengan en cuenta y después de considerar las diversas definiciones que se pueden aplicar a esta patología [algunos trabajos consideraron que se podía establecer un criterio de diabetes tipo 2 a partir de unas cifras de glucosa en sangre por encima de 140 miligramos por decilitro; mientras que en otros el umbral se situó en 126 mg/dl]», escriben los investigadores.

«Dado el alto grado de consistencia [de los datos] concluimos que la cuestión relevante no puede seguir siendo si esta asociación existe, sino si dicha implicación es causal o no [si una cosa lleva a la otra]», continúan.

ANÁLISIS

Para determinar si el hecho de fumar provoca la patología o bien es tan sólo una circunstancia que convive con otros factores de riesgo consolidados para la diabetes del adulto (sedentarismo, malos hábitos alimentarios, sobrepeso...), los responsables analizaron varios criterios.

Por una parte, uno de los factores precede al otro; es decir, el consumo de cigarrillos se produce con anterioridad al desarrollo de la diabetes tipo 2 y de los marcadores clínicos que conforman la antesala de este trastorno metabólico. Por otra, el grado de intensidad del hábito tabáquico está directamente relacionado con la mayor o menor probabilidad de desarrollar la enfermedad.

De esta manera, los fumadores más adictos —los que más cigarrillos encendían a lo largo del día— tenían un riesgo considerablemente mayor que los que fumaban menos cantidad. Asimismo, los participantes que habían dejado el pitillo habían visto disminuido este peligro; no así los que en el momento del seguimiento seguían enganchados a la nicotina.

En cualquier caso ¿cuál sería el mecanismo biológico por el que el tabaco repercute negativamente en el metabolismo de la glucosa? Los autores barajan una posibilidad que ha sido apuntada en investigaciones anteriores.

Se ha visto que fumar altera diversos marcadores sanguíneos que se emplean para diagnosticar y controlar las cifras de glucosa en sangre. Según parece, la nicotina y otros agentes presentes en el humo del tabaco perjudican seriamente la función de las células beta del páncreas; encargadas de la secreción de insulina (la hormona que metaboliza la glucosa que llega a la sangre a través de los alimentos). De hecho, los cigarrillos también se han relacionado con la pancreatitis y con el desarrollo de tumores en este órgano.

En definitiva, los autores insisten en que a partir de ahora lo verdaderamente importante es ahondar en el conocimiento de todos los demás factores que intervienen en la aparición de la enfermedad y de qué manera interactúan entre sí.