

DISMINUYE LA AFECTACIÓN CARDIACA

## Una mejora de la capacidad física eleva la supervivencia del paciente con diabetes

■ **Alberto Bartolomé** San Francisco

La diabetes lleva a una degeneración física que comienza con el sedentarismo y continúa con un descenso de la capacidad física. "Los cambios metabólicos causan problemas cardíacos y, entre los más preocupantes, destacan la disfunción en el ventrículo izquierdo y en la función diastólica, debido a que ambos elevan la mortalidad", ha afirmado Paul Pautier, director del Instituto del Corazón y los Pulmones de Québec (Canadá), en la reunión de la Asociación Americana de Diabetes.

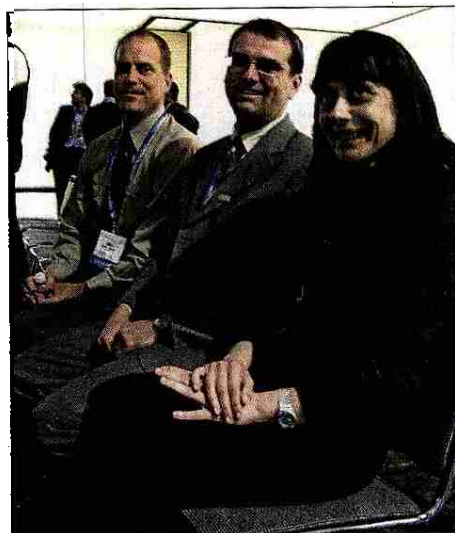
Pautier ha alertado sobre los pacientes que pierden capacidad física: "Creemos que los problemas físicos pueden partir de la afectación en la circulación arterial, que va unida a un menor volumen de sangre que pasa por el corazón, un remodelado de éste y a una alteración de la función diastólica, lo que nos alerta de la importancia de la glucemia en el ritmo cardíaco".

Los diabéticos con un estado físico mejor tienen menos efectos secundarios y menor afectación cardíaca. Para demostrarlo puso en marcha un programa de 12 semanas con entrenamiento de intensidad media. "Incluso una intervención breve y poco intensa mejoró la función diastólica ventricular", aunque reconoce que la mejora física no es la panacea, pues se desconoce mucho la cardiomiopatía diabética.

James Baldi, de la Universidad del Norte de Arizona, habló de la respuesta de los

diabéticos a los programas de ejercicio aeróbico: "En personas con intolerancia a la glucosa la capacidad diastólica se reduce, lo que, junto a cambios celulares y alteraciones microvasculares, explica el descenso de la capacidad física". El número de capilares es similar en personas sanas y en diabéticas, pero en éstos sólo la mitad de los capilares llevan sangre, lo que implica un descenso de la capacidad muscular. Baldi ha llevado a cabo un programa de ejercicio en pacientes con diabetes tipo 2 con una media de 52 años durante 8 semanas, con el que "mejoró el flujo sanguíneo y la capacidad de dilatación cardíaca aumentó de 2 a 5 por ciento; también se elevó la función diastólica y el volumen máximo de oxígeno consumido".

Patricia Izzo, del Instituto de Fisiología Clínica de Pisa, en Italia, ha analizado el comportamiento de la glucosa en personas sanas y en diabéticos. "Mientras que en las primeras se observa una acumulación de la glucosa en las zonas afectadas por la práctica deportiva, por ejemplo, la carrera de fondo aumenta su presencia en el corazón y las piernas, en los diabéticos se ve un reclutamiento de glucosa muscular mucho menor". Según sus investigaciones, la glucosa miocárdica aumenta después de realizar ejercicio, y también la perfusión. En su opinión, el ejercicio moderado consigue más beneficios que el intenso en la absorción de la glucosa.



James C. Baldi, Paul Poitier y Patricia Izzo, en San Francisco.