

## ENDOCRINOLOGÍA

# La diabetes tipo 2 se puede predecir décadas antes de que aparezca

CON PRUEBAS TAN SENCILLAS COMO TOMAR LA TENSIÓN, CALCULAR EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL O MEDIR LOS NIVELES DE GLUCOSA Y TRIGLICÉRIDOS SE PUEDE DEDUCIR QUÉ NIÑOS SUFRIRÁN ESTA ENFERMEDAD CUANDO SEAN ADULTOS



LUIS PAREJO

**MARÍA SÁNCHEZ-MONGE**  
Un estudio publicado en el último número de *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* marca el camino para frenar el imparable crecimiento de la diabetes tipo 2: conocer quiénes corren un mayor peligro de padecerla para centrar en ellos las medidas de prevención, que pueden resumirse en un estilo de vida sano.

Los responsables del trabajo, del Hospital Infantil de Cincinnati (Estados Unidos), han comprobado que es posible vaticinar la aparición de la enfermedad desde la preadolescencia gracias a la utilización de indicadores

sabido que un niño que apenas hace ejercicio físico y se alimenta de forma deficiente tendrá peor salud cuando sea adulto y su riesgo de sufrir ciertas enfermedades, como la diabetes tipo 2, será muy superior.

La cuestión es cómo medir ese peligro. ¿Qué grado de sobrepeso empieza a ser preocupante? ¿Qué niveles de glucosa vaticinan el surgimiento de complicaciones al cabo de los años? ¿Qué implicaciones tiene el hecho de que un chaval tenga la tensión arterial elevada?

Los datos del análisis se obtuvieron tras evaluar el estado de salud de casi 2.000 individuos cuando tenían entre nueve y 10 años, y transcurridos nueve y 26 años. Para ello, los investigadores midieron, entre otros parámetros, su tensión arterial, el Índice de Masa Corporal (IMC, que es el resultado del peso, en kilos, dividido por el cuadrado de la talla, en metros), la glucosa en sangre, los antecedentes familiares de la patología y los

niveles tanto de colesterol como de triglicéridos.

Finalizado el seguimiento, los científicos constataron la veracidad de su hipótesis de partida: los adultos que habían desarrollado la patología eran aquellos que obtuvieron peores puntuaciones en los marcadores estudiados durante su infancia.

Sin embargo, observaron que no todas las herramientas empleadas resultaron igual de útiles. Así, la tensión arterial sistólica (la primera cifra), el IMC y los niveles de glucosa y triglicéridos fueron, junto con la existencia de al menos un progenitor afectado, los indicadores más certeros a la hora de predecir el desarrollo de diabetes tipo 2.

Del mismo modo, el riesgo de padecer la enfermedad al cabo de 30 años fue únicamente del 1% en las personas con un historial infantil *impecable*, es decir, en los menores que obtuvieron mejores registros en cuanto al IMC y la tensión arterial sistólica y diastólica (la segunda cifra) y, además, no contaban con ningún familiar de primer grado afectado.

Los autores consideran que los resultados de su estudio deberían servir de acicate para prevenir la diabetes tipo 2 desde la infancia. Su consejo es que los pediatras pongan en marcha medidas preventivas –basadas en la dieta, el ejercicio y, en ciertos casos, fármacos– en aquellos casos en los que el tensiómetro, la báscula y los análisis de sangre predigan un mayor riesgo.

Además, señalan la necesidad de prestar especial atención a los chavales con sobrepeso cuyos familiares más directos sufran la patología, y muy especialmente a los individuos negros, ya que se ha observado que tienen una mayor predisposición.



[elmundo.es/elmundosalud/corazon](http://elmundo.es/elmundosalud/corazon)

sencillos y de uso común en las consultas médicas.

El aumento de la obesidad infantil, que ha llegado a triplicarse en países como Estados Unidos, está hipotecando el futuro de los habitantes de la Tierra. Es