



La diabetes tipo 2 podría curarse perdiendo peso

Una dieta extrema de 600 calorías al día mantenida durante ocho semanas podría revertir la diabetes tipo 2 en personas recién diagnosticadas de esta enfermedad, según un estudio de la Universidad de Newcastle (Reino Unido). Los investigadores descubrieron que una dieta baja en calorías reduce los niveles de grasa en el páncreas y el hígado, lo que ayudó a la producción de insulina a volver a la normalidad. Siete de las 11 personas participantes en el estudio seguían libres de diabetes tres meses más tarde. A pesar de los resultados esperanzadores, se necesita más investigación para ver si la inversión es permanente, advierten los expertos.

Los once participantes en el estudio fueron diagnosticados todos con diabetes tipo 2 en los cuatro años anteriores. Fueron sometidos a una dieta drástica durante dos meses, que consistía en tomar sólo bebidas y verduras sin almidón. Después de una semana, los investigadores hallaron que los niveles de azúcar en sangre en ayunas de todos los participantes habían vuelto a la normalidad. El análisis con resonancia magnética funcional de sus páncreas también revelaba que los niveles de grasa en ese órgano habían disminuido de alrededor del 8% —un nivel elevado— a un 6% considerado más normal.

Tres meses después de finalizar la dieta, cuando los participantes habían vuelto a comer con normalidad y habían recibido asesoramiento sobre el tamaño de las raciones y la forma saludable de comer, seguían libres de diabetes tipo 2. El profesor Roy Taylor, director del centro de resonancia magnética de Newcastle y principal autor del estudio, advierte que con este ensayo clínico no se está sugiriendo que la gente debe seguir la drástica dieta a la que se sometió a los participantes en el estudio bajo estricta supervisión médica. «Sólo



se ha utilizado para probar la hipótesis de que si la gente pierde peso de forma sustancial puede recuperarse de la diabetes, que no tiene por qué ser una sentencia de por vida». Falta por averiguar por qué no todos los participantes lograron revertir la diabetes. Con anterioridad, se había observado que las personas que pierden grandes cantidades de peso después de la cirugía para modificar el tamaño de su estómago a menudo se curan de su diabetes y ya no necesitan tratamiento. La clave está en detectar la patología en las primeras etapas, mientras siguen funcionando las células beta del páncreas.