

ENDOCRINOLOGÍA LA DIABETES Y LA OBESIDAD SE HAN CONVERTIDO EN UNA MEZCLA EXPLOSIVA

Tres sociedades se unen para enfrentarse a la diabetes

→ La diabetes incrementa exponencialmente el riesgo de mortalidad por enfermedades cardiovasculares, hasta el punto de que algunos espe-

cialistas hablan ya de una grave epidemia que va en aumento y además, amenaza tanto a países desarrollados como en vías de desarrollo.

■ Carmen Cáceres

Sevilla

A la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), a la Sociedad Española de Diabetes (SED) y a la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (Seedo) les preocupan dos patologías: la diabetes tipo 2 y la obesidad, cuya asociación se conoce con el nombre de diabetes.

Con el objetivo de analizar la situación de esta enfermedad en España así como los nuevos avances en su tratamiento, se ha celebrado el III Congreso de Diabesi-

dad en Sevilla. Javier Salvador, presidente de la SEEN, ha comentado que le preocupa "la extraordinaria prevalencia y el aumento de frecuencia de la población, tanto de obesidad como de diabetes. La obesidad -como madre de la diabetes tipo 2- está surgiendo de forma espectacular de acuerdo con los últimos datos epidemiológicos".

Según Xavier Formiguera, presidente de la Seedo, "el último estudio epidemiológico habla de un 22 por ciento de personas obesas

en España, cuando hace sólo siete años esta cifra rondaba el 16 por ciento, y un 54 por ciento de la población se encuentra por encima de su peso normal". El impacto poblacional es enorme y "las complicaciones derivadas de esta asociación son de inestimable apreciación desde el punto de vista clínico y del gasto sanitario", ha explicado Salvador.

En los últimos años han aparecido nuevos tratamientos que abordan la diabetes desde la raíz, como son los análogos humanos del

receptor péptido similar al glucagón tipo 1 (GLP-1). Según Sonia Gaztambide, presidenta de la SED, "estos fármacos abren una nueva alternativa terapéutica y constituyen un aliado para el abordaje integral de esta enfermedad. Los análogos del GLP-1 mejoran el control de la diabetes y ocasionan una pérdida de peso considerable y mantenida en el tiempo".

Salvador ha señalado que "es un tratamiento muy integral porque, hasta ahora, los medicamentos de que



Sonia Gaztambide y Javier Salvador.

disponíamos para controlar los niveles de glucemia no conseguían simultáneamente una reducción de peso significativa. Este fármaco supone un binomio muy valioso porque así atacamos las dos raíces de la diabetes: la glucemia y el peso".

Hábitos de vida

Los tres expertos de estas sociedades científicas han coincidido en que es necesario desarrollar hábitos de vida saludables para prevenir el incremento de esta enfermedad. Gaztambide ha dicho que el mejor tratamiento es un cambio en el estilo de vida. "Lo más importante es educar desde la infancia y ahí están implicadas la familia y la escuela. Tenemos que modificar el estilo de vida y volver a tiempos más antiguos, que no significa ir hacia atrás, sino ir mejor hacia adelante".

Por su parte, Salvador ha destacado que "los hábitos saludables son una forma de

tratamiento igual o mejor que el farmacológico. El apoyo farmacológico es imprescindible cuando ya no se puede prevenir, pero la esencia está en evitar que este trastorno se produzca incorporando esos hábitos. Los planes de alimentación desequilibrados para obtener una rápida pérdida de peso no son un planteamiento real, eficaz ni saludable, porque la clave está en educar e informar sobre esta epidemia".

Formiguera ha añadido la importancia de "establecer políticas preventivas que sean realmente eficaces para lograr que las personas con sobrepeso no lleguen a ser obesas y los que están bien de peso se mantengan. Lo esencial, más que perder peso, es perder el exceso de grasa abdominal relacionada con enfermedades metabólicas y de riesgo cardiovascular. Por eso, es vital cuidar la alimentación y hacer más ejercicio".