



ACTUALIDAD

ACTUALIDAD
sanitaria

La diabetes tipo 2, por encima de lo estimado

La prevalencia total de diabetes mellitus tipo 2 (DM2) alcanza el 12% de la población española según el avance del Estudio *di@bet.es*, un gran estudio nacional que ha evaluado la epidemiología de esta enfermedad y los factores asociados de riesgo cardiovascular. Los resultados del estudio muestran un porcentaje ligeramente superior a otros trabajos anteriores, pero confirman la asociación entre diabetes, obesidad e hipertensión arterial, y la importancia de la actividad física como método de prevención. Además, señala que una de cada tres personas con diabetes tipo 2 (el 4% de la población española, aproximadamente) desconoce que sufre esta enfermedad.

En el Estudio *di@bet.es* han intervenido cerca de 30 investigadores en sus diversas fases, ha sido coordinado por el Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas (CIBERDEM) adscrito al Instituto de Salud Carlos III (Ministerio de Ciencia e Innovación), y ha contado con la colaboración de la Sociedad Española de Diabetes (SED) y la Federación Española de Diabetes (FED, que aglutina a las asociaciones de pacientes). El trabajo de campo incluyó 5.419 entrevistas a personas mayores de 18 años en 100 centros de salud de toda España a lo largo de tres años. Equipos formados por una enfermera y una dietista realizaron a los participantes una detallada encuesta sobre hábitos de salud y otros determinantes sociales como entre el nivel de estudios, una historia clínica, una evaluación antropométrica y una extracción sanguínea, incluyendo la prueba de sobrecarga oral de glucosa.

Los resultados preliminares sitúan la prevalencia total de diabetes tipo 2 en el 12% de la población general, y confirma la importancia de la asociación entre diabetes, obesidad e hipertensión arterial, que duplican el riesgo de diabetes, la relación con determinantes sociales como el nivel de estudios, tan-



Imagen de la reciente presentación del Estudio *di@bet.es* (de izquierda a derecha): Alberto Goday, de la SED, Joaquín Arenas, del Instituto Carlos III, Ramón Gomis, director de CIBERDEM, y Federico Soríguer, coordinador del estudio

to para el riesgo de ser obeso (no tener estudios cuadriplica el riesgo frente a tener estudios universitarios), como diabético o hipertenso (no tener estudios duplica el riesgo en ambos casos). También pone de manifiesto la importancia de la actividad física, puesto que las personas que no hacen ejercicio en su tiempo libre tienen un 50% más de posibilidades de ser obesas, y las personas obesas y con diabetes hacen la mitad de ejercicio que las personas delgadas o sin diabetes. Otro dato muy significativo es el alto número de personas con diabetes que desconocían serlo, casi el 4% de la población.

El estudio ha aportado también información sobre el grado de adherencia de los pacientes a los programas de salud. A pesar de que los programas de educación sanitaria en las personas con diabetes persiguen que hagan ejercicio, que pierdan peso o que dejen de fumar, el estudio señala que la mayoría de personas con diabetes tipo 2 no modifican sus hábitos de salud en proporción diferente a las personas no diabéticas. Por ejemplo, la proporción

de fumadores es similar que en la población no diabética con similar edad y sexo a pesar de que los programas de educación incluyen el dejar de fumar. A pesar de que la obesidad es mayor en las personas con diabetes (el 50%), la proporción de personas que no manifiestan preocupación por su sobrepeso es similar a los no diabéticos. Asimismo, a pesar de que el ejercicio físico forma parte de la educación terapéutica, las personas con diabetes hacen ejercicio con menos frecuencia.

El estudio confirma otros aspectos ya conocidos sobre los efectos positivos del consumo de aceite de oliva observados en estudios previos locales o en estudios clínicos o experimentales. Frente a las personas que consumen girasol, las personas que toman aceite de oliva tienen niveles más elevados de colesterol HDL, aproximadamente 2 mg/dL más por término medio.

Hasta ahora los datos utilizados para una aproximación a la prevalencia DM2 en España provenían de extrapolaciones, de registros médicos o esti-



maciones basadas en consumo de fármacos, que ofrecen una estimación por debajo de la dimensión real del problema al incluir sólo los casos de diabetes conocida. Más reales son las estimaciones basadas en estudios de campo con realización de sobrecarga oral de glucosa (SOG) a muestras seleccionadas de la población general. En España se han realizado múltiples

estudios con base poblacional sobre prevalencia de diabetes total (conocida + ignorada) e intolerancia a la glucosa (ITG). Estas investigaciones, basadas en datos antiguos, situaban la prevalencia de DM2 en España entre el 6 y 10% de la población general.

El Estudio di@bet.es forma parte de la Estrategia Nacional sobre la Diabetes

y sus resultados permitirán avanzar en el diseño de estrategias de prevención, de programas de educación terapéutica, así como en la pertinencia de llevar a cabo cribado poblacional para detectar casos desapercibidos, y proporcionan también los instrumentos actualizados para evaluar el coste-beneficio de futuras intervenciones de salud. ■