



LITERATURA MÉDICA comentada

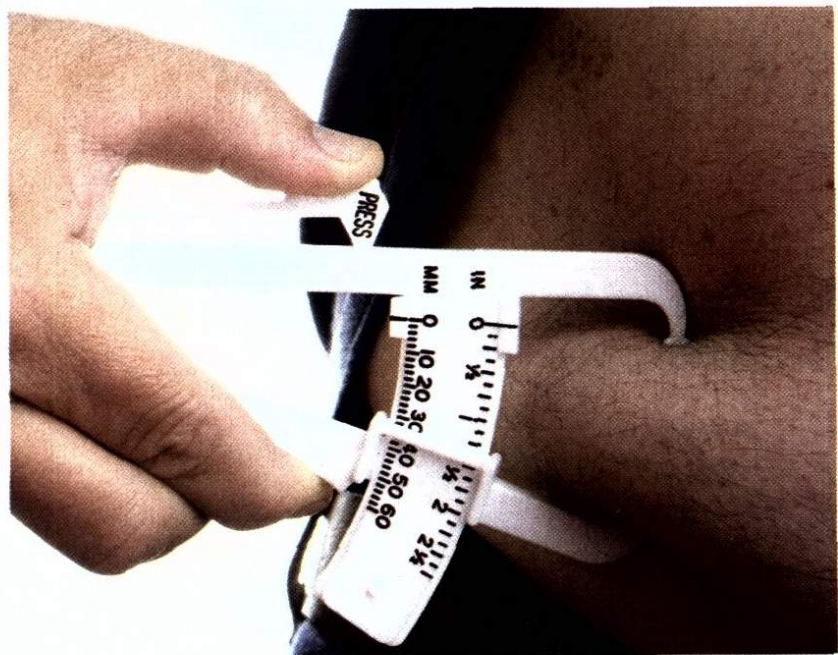
Los diabéticos saben que deben perder peso

- ▶ Los diabéticos con mayor peso son más jóvenes, con menores ingresos y nivel educativo, y suelen ser mujeres.
- ▶ Los diabéticos más obesos son los que más reconocen saber los beneficios de la pérdida de peso.
- ▶ La mayoría de los médicos insisten en la importancia de perder peso para el adecuado control de la diabetes.

Controlar y mantener el peso en los diabéticos es algo muy difícil, ya que influyen factores múltiples y diversos, como el posible desconocimiento por parte de los propios pacientes de que el sobrepeso puede constituir un problema importante. Por otra parte, entre los profesionales sanitarios existe una visión demasiado «glucocéntrica» sobre el tratamiento del diabético, y tal vez por ello, a pesar de los mediocres resultados obtenidos en relación con la pérdida de peso, apenas aconsejan sobre los beneficios que entraña la reducción ponderal. De hecho, estudios recientes revelan que sólo un tercio de los diabéticos dicen haber recibido información y recomendaciones específicas para controlar el peso. También afirman no haber recibido información sobre la influencia que determinados fármacos hipoglucemiantes pueden tener sobre su peso.

El objetivo del artículo que se comenta es analizar la percepción que tienen los pacientes diabéticos sobre su peso, así como sus conocimientos sobre qué medidas deben adoptar para rebajarlo.

Para ello, se realizaron un total de 575 encuestas telefónicas, con preguntas referentes tanto a la propia percepción del paciente («¿Cree que su peso es el adecuado?») como al conocimiento sobre los medios para adelgazar («¿Le ha recomendado su médico alguna vez que pierda peso?»). Los diabéticos encuestados fueron divididos, según su índice de masa corporal (IMC), en tres grupos: grupo 1, con un IMC de 25-29,9 kg/m² («preobesos»), grupo 2, con un IMC de 30-34,9 kg/m², y grupo 3, con un IMC >35 kg/m².



El mayor IMC se asoció a una menor edad, un nivel socioeconómico inferior y al sexo femenino. Sostener que se tiene un peso adecuado es algo excepcional cuando el paciente presenta un IMC >30; sin embargo, el 41% de los diabéticos «preobesos» consideraban que tenían un peso ideal. La importancia de perder peso aumenta conforme lo hace el IMC ($p < 0,001$). Así, los pacientes más obesos están «siempre haciendo dieta», mientras que los menos obesos son los que más ejercicio hacen ($p < 0,001$).

El 72% de los diabéticos encuestados reconocían que sus médicos se habían interesado en alguna ocasión por su peso, pero sólo el 36% afirmaba conocer el efecto que su medicación para la diabetes podía ocasionar sobre su peso.

En resumen, muchos diabéticos, especialmente los más obesos, reconocen la importancia que tendría para su salud adelgazar y creen, asimismo, que el interés y la insistencia de su médico hacen que las medidas para conseguir una pérdida de peso moderada sean más eficaces. Cómo conseguirlo es mucho más difícil. ■

Polonsky WH, Fisher L, Hessler D. Patient perspectives on the role of weight management in type 2 diabetes. *Diabetes Res Clin Pract.* 2010; 88: 151-156.