

Alrededor de 800 facultativos asisten a la IX Reunión de Diabetes y Obesidad que la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) celebra en Sevilla

La dieta mediterránea puede disminuir hasta en un 40% la posibilidad de desarrollar diabetes

- **El tratamiento óptimo de la diabetes, que incluye una alimentación sana y la práctica de ejercicio, retrasa posibles complicaciones de esta patología como lesiones oculares, alteraciones en función renal o trastornos en la percepción de sensibilidad en extremidades inferiores**
- **La prevalencia de obesidad en España es de un 26% y la de diabetes se cifra en torno al 12%, siendo en la mitad de los casos desconocida para los pacientes**
- **La microbiota intestinal está recibiendo gran atención por parte de muchos especialistas, ya que sus desequilibrios se han asociado a la resistencia a la insulina y al aumento del peso corporal**
- **El Grupo de Diabetes y Obesidad de la SEMI presenta los resultados del estudio MIDIA, donde se recalca la existencia de un margen de mejora en la asistencia a pacientes diabéticos**

Madrid, 29 de enero de 2015. Diabetes y obesidad son dos de las enfermedades más importantes del mundo occidental que, en los últimos años, están sufriendo un constante incremento. De hecho, la prevalencia de obesidad en España es de un 26% y la de diabetes se cifra en torno al 12%, siendo en la mitad de los casos desconocida para los pacientes. Con el objetivo de dar visibilidad a este problema, la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) celebra en Sevilla la IX Reunión de Diabetes y Obesidad los días 30 y 31 de enero, en la que participan alrededor de 800 facultativos.

“La epidemia de diabetes y obesidad que estamos sufriendo actualmente se debe, en gran medida, a los cambios en los hábitos de vida y en la alimentación. Ambos factores, unidos a la falta de ejercicio físico, contribuyen de forma directa a esta epidemia del siglo XXI”, señala el coordinador del Grupo Diabetes y Obesidad de la SEMI, el doctor Francisco Javier Ena.

Por ello, se recomienda la dieta mediterránea como factor de prevención de ambas enfermedades, ya que puede reducir hasta en un 40% la posibilidad de desarrollar diabetes. “La práctica de ejercicio físico y una alimentación que incluya alto consumo de pescado, frutas y verduras, junto a grasas y antioxidantes provenientes de frutos secos y de aceite de oliva virgen extra disminuyen el riesgo de padecer diabetes relacionada con la obesidad”, apunta el especialista.

El estudio PREDIMED, del cual se han extraído estos datos, es un ensayo clínico llevado a cabo en España en el que se demuestran los beneficios de la dieta mediterránea no sólo relacionada con la diabetes sino también con otras patologías. De hecho, la diabetes asociada a obesidad se relaciona también a otras enfermedades de gran repercusión en la calidad de vida de los pacientes como dolores articulares, síndrome de apnea del sueño, hipertensión arterial, infertilidad en mujeres por trastornos menstruales o depresión. Además, puede favorecer la aparición de determinados tumores como cáncer de mama, de colon, riñón y páncreas.

Con el objetivo de reducir estos posibles riesgos, se recomienda que los pacientes con diabetes de corta duración sean tratados utilizando fármacos con bajo riesgo de hipoglucemias. Además, tal y como explica el doctor Ena, “el tratamiento óptimo de la diabetes retrasa complicaciones tales como las lesiones oculares, alteraciones en función renal o trastornos en la percepción de sensibilidad en extremidades inferiores, tales como dolor, frío o calor”.

Influencia de la microbiota intestinal

La microbiota intestinal (bacterias que componen el intestino humano) está recibiendo gran atención por parte de muchos especialistas, ya que -dependiendo de su tipo- puede estar relacionada con la aparición de obesidad y otras enfermedades asociadas. “La función metabólica de la microbiota intestinal es esencial para la actividad bioquímica global del organismo, ya que interviene en la obtención de energía de la dieta, la generación de compuestos absorbibles y la producción de vitaminas”, afirma el experto.

La microbiota intestinal también regula muchos aspectos de la inmunidad innata y adquirida, protegiendo al paciente frente a la invasión de patógenos y procesos de inflamación crónica. Por el contrario, los desequilibrios en la composición de la microbiota intestinal se han asociado a una mayor susceptibilidad a las infecciones y los trastornos de base inmunológica y, recientemente, también a la resistencia a la insulina y al aumento del peso corporal.

Estudio MIDIA

En el encuentro también se presentan los resultados del estudio MIDIA, desarrollado por el Grupo de Diabetes y Obesidad de la SEMI. En él se han recogido datos de 1000 pacientes con diabetes hospitalizados en los servicios de Medicina Interna de todas las comunidades autónomas. “Estos pacientes se caracterizan por presentar múltiples enfermedades concomitantes y un 30% presentan algún grado de dependencia”, según indica el doctor.

Entre las conclusiones principales del estudio se recalca que existe un margen de mejora en la asistencia a estos pacientes. Otros datos destacados subrayan que en un 50% de los casos de pacientes hospitalizados se desconoce el control glucémico previo al ingreso según valores de hemoglobina glicosilada. Y ya durante la hospitalización alrededor de un 35 % de los pacientes está con control glucémico insuficiente debido a terapias subóptimas.

IX Reunión de Diabetes y Obesidad

La Reunión de Diabetes y Obesidad organizada por la SEMI se ha convertido en un referente para la actualización y el intercambio de ideas entre los médicos que dedican su atención a pacientes con estas enfermedades. En la presente edición, un año más, participan ponentes extranjeros y nacionales de elevado prestigio científico.

“Para nosotros es una gran satisfacción poder aglutinar en esta reunión, año tras año, a médicos de diversas especialidades como medicina interna, medicina de familia, endocrinología, cardiología, cirugía vascular, cirugía bariátrica y nefrología para debatir sobre temas que nos preocupan e influyen a todos”, concluye el doctor Ena.