

Alrededor de 750 especialistas asisten a la XIII Reunión de Diabetes, Obesidad y Nutrición que la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) celebra en Toledo

Entre el 50 y el 77% de las personas obesas padece apnea del sueño

- **La prevalencia de la apnea del sueño en personas obesas (con Índice de Masa Corporal superior a 30) se cuatuplica por cada cinco puntos que aumenta el IMC**
- **También el hígado graso no alcohólico está muy relacionado con la obesidad y la diabetes, producido especialmente por una elevada resistencia insulínica en el paciente**
- **En cuanto a los pacientes con diabetes, más del 80% tienen sobrepeso y hasta un 60% son obesos debido, entre otras cuestiones, al aumento del sedentarismo y al abandono de la dieta mediterránea**
- **Los internistas recalcan la importancia del abordaje de la diabetes en el anciano debido a su fragilidad y a su relación con otras patologías coexistentes**
- **Desde la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) se ha puesto en marcha un registro para evaluar la diabetes en pacientes ancianos mayores de 75 años**

Madrid, 23 de enero de 2019. La diabetes es una de las grandes epidemias de nuestros días. Se trata de la conjunción de dos patologías que destacan por su prevalencia en la actualidad, la diabetes y la obesidad, y que suelen ir de la mano. Así, se estima que más del 80% de los pacientes diabéticos tienen sobrepeso y hasta un 60% son obesos.

Si, además, las analizamos de forma individualizada los datos no mejoran, ya que la prevalencia de la obesidad en España se sitúa alrededor del 23%. “El sedentarismo y el alejamiento progresivo de la dieta mediterránea y la cocina tradicional han dado lugar a una dieta basada en productos precocinados, alimentos envasados y comida rápida que favorece la obesidad”, señala el doctor Javier Carrasco, coordinador del Grupo de Diabetes, Obesidad y Nutrición de la Sociedad Española de Medicina Interna.

Además, los niños y adolescentes también se ven afectados por esta patología, ya que la obesidad infantil afecta a casi un 30% de los niños. “La prevención de esta epidemia pasa por volver a los hábitos de comida tradicionales, caminar hasta el trabajo o el colegio, jugar en la calle y promover la alimentación saludable en colegios y otros lugares públicos, entre otras”, insiste el doctor.

Así se ha puesto de manifiesto en la XIII Reunión de Diabetes, Obesidad y Nutrición que la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) celebra en Toledo para abordar las últimas novedades en torno a estas patologías. En esta ocasión, cerca de 750 especialistas se dan cita los

días 24 y 25 de enero en una jornada que, como novedad, será retransmitida por Twitter a través del hashtag #13DM_SEMI.

Obesidad y sus comorbilidades: apnea del sueño e hígado graso no alcohólico

La obesidad es una enfermedad crónica en la que el problema no es sólo el elevado peso corporal sino el impacto que el aumento del tejido graso tiene sobre prácticamente todos los órganos de cuerpo. “Sin duda, alteraciones metabólicas como la diabetes son las más conocidas, así como la hipertensión o la dislipemia. Pero no hay que olvidar otras que afectan a la calidad de vida de los pacientes, como el hipogonadismo masculino, la infertilidad o la afectación osteoarticular que limita y mucho la vida del paciente con obesidad”, comenta el experto.

Entre estas patologías asociadas destaca la apnea del sueño, siendo una de las más prevalentes y más graves de la obesidad, por los efectos adversos cardiovasculares que conlleva (cardiopatía isquémica, ictus o insuficiencia cardíaca). La padecen entre el 50 y el 77% de pacientes obesos, es decir aquellos que tienen el índice de Masa Corporal (IMC) por encima de 30, y su prevalencia se incrementa por cuatro por cada cinco puntos que aumenta el IMC.

Al igual que la apnea del sueño, el hígado graso también es consecuencia del exceso de grasa corporal y lo padecen entre el 20 y el 46% de las personas en países occidentales. “Suele ir asociados a una elevada resistencia insulínica y tan solo un 7% de las personas con normopeso lo padecen”, argumenta el doctor Javier Carrasco.

“Tanto la apnea del sueño como el hígado graso no alcohólico mejoran de forma considerable con la pérdida de peso, pudiendo llegar a desaparecer con pérdidas de peso importantes como las que se consiguen a través de la cirugía bariátrica”, asevera el especialista.

Diabetes en el paciente anciano

La diabetes es una enfermedad que afecta a pacientes de todas las edades. “Probablemente, su origen empiece en la infancia con malos hábitos alimenticios y poco ejercicio, por ello, la educación es la mejor arma para abordar la prevención”, expone el doctor. Ya en la edad adulta la diabetes es especialmente frecuente en pacientes con sobrepeso y otros factores de riesgo cardiovascular como el tabaco, la dislipemia y la hipertensión arterial.

Pero, sin duda, la diabetes en el anciano es la gran desconocida. A pesar de que este grupo poblacional suele excluirse de los ensayos clínicos debido a sus condiciones concretas de fragilidad y relación con otras patologías coexistentes, cada vez están más presentes en la evidencia científica actual. De hecho, la SEMI está trabajando en un registro sobre ello.

“Los objetivos de tratamiento deben individualizarse y los fármacos deben utilizarse con precaución teniendo en cuenta que sus efectos secundarios que pueden ser letales en los ancianos. Hay que tener en cuenta que la hipoglucemia es más frecuente y más grave en ancianos que en otros grupos de población y en muchas ocasiones suele ser consecuencia del sobretratamiento y es responsabilidad de los clínicos. Por ello, es muy importante continuar investigando en este grupo poblacional”, apunta el doctor Javier Carrasco.

Por otro lado, la resistencia a la insulina es uno de los problemas a los que se enfrentan los pacientes diabéticos. “Aunque tenemos insulinas cada vez más fisiológicas, con menor riesgo de hipoglucemias y más seguras desde el punto de vista cardiovascular, la medida más efectiva para reducir la resistencia insulínica es la pérdida de peso”, subraya el doctor.

Nuevo proyectos y Twitter en la Reunión de Diabetes y Obesidad

La XIII Reunión de Diabetes, Obesidad y Nutrición de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) llega con numerosas novedades en esta ocasión. Una de ellas es la retransmisión en directo de la jornada vía Twitter a través del hashtag #13DM_SEMI. “El objetivo es lograr una mayor difusión a través de entrevistas a los ponentes y discusiones científicas en la red”, explica el doctor Javier Carrasco.

En cuanto al programa científico también se abordan diferentes actividades del Grupo de Diabetes, Obesidad y Nutrición de la SEMI, como la presentación oficial del algoritmo de recomendaciones para el tratamiento de la diabetes mellitus tipo 2 basado en perfiles clínicos de los pacientes. Otras mesas destacadas durante la reunión se centran en el papel actual de la Metformina como primera línea de tratamiento ante las evidencias de los nuevos fármacos o el abordaje de la desnutrición en situaciones frecuentes de la Medicina Interna, entre otros.

“Este año es el primero que tratamos temas de Nutrición, puesto que la desnutrición es una comorbilidad muy frecuente en los pacientes de Medicina Interna y debemos concienciarnos de ello”, incide el experto.

Además, el Grupo de Diabetes, Obesidad y Nutrición de la SEMI está trabajando en estudios observacionales sobre el tratamiento combinado con análogos de GLP1 e inhibidores de SGLT2 y sus efectos beneficiosos en comorbilidades prevalentes en diabetes y obesidad como la hipertensión arterial o el hígado graso. “Pero la gran apuesta del Grupo es un registro para evaluar la diabetes en pacientes ancianos mayores de 75 años. Este grupo poblacional cada vez más numeroso y en rápido crecimiento tiene unas características especiales que no están representadas en los grandes estudios de diabetes”, concluye el especialista.

Para más información: Berbé Asociados:

María Gallardo / Isabel Torres - 91 563 23 00

mariagallardo@berbes.com / isabeltorres@berbes.com