

MANUEL GARGALLO, COORDINADOR DEL GRUPO DE TRABAJO DE DIABETES DE LA SEEN (MÉDICO ESPECIALISTA EN ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN, COM MADRID, N° COLEGIADO: 282833855)

“LA OBESIDAD ESTÁ PRESENTE EN MÁS DEL 80% DE LOS PACIENTES CON DIABETES TIPO DOS”



Según explica **Manuel Gargallo**, coordinador del Grupo de Trabajo de Diabetes de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), “parece que desde principios del 2000 ha ido aumentando la prevalencia de personas que sufren obesidad en el país, aunque quizás en los últimos 10 años se haya ido estabilizado”. En cuanto a la diabetes, según datos de hace unos 8-9 años, la prevalencia en España de diabetes se situaría en torno al 14% de toda la población española. “Posiblemente, en el momento actual, si pensamos que se ha incrementado las cifras de obesidad, estaríamos hablando de una cifra superior”.

Obesidad y diabetes, muy unidas

La relación entre obesidad y diabetes es importante. El doctor comenta que, en el caso de la diabetes tipo dos, la relación con la obesidad es absoluta, estando presente en más del 80% de los pacientes con diabetes tipo dos, que son la mayoría de los casos de diabetes. “Hasta tal punto es estrecha esta relación, que el diagnóstico de diabetes tipo dos en un paciente sin obesidad ni sobrepeso debe ser revisado y puesto en duda”.

Esta relación queda claramente puesta de manifiesto en el hecho de que los pacientes con diabetes tipo dos cuando pierden peso mejoran tremendamente su control, incluso, “en situaciones de pérdida de peso extremas como consecuencia de cirugía bariátrica, puede llegar a desaparecer la diabetes como tal”.

Gargallo aclara que la obesidad y el exceso de peso están detrás de la aparición de la mayoría de los casos de diabetes tipo dos en nuestra población, e inversamente cuando esta situación se resuelve el control glucémico mejora, pudiendo llegar a normalizarse.

Tratamiento de la obesidad y diabetes

El experto remarca que la obesidad en general debe tratarse con mucha paciencia y mucho sentido común. “Es decir, hay que ser conscientes de que no va a haber soluciones ni tratamientos rápidos

Según los datos del estudio ENPE, Estudio Nutricional de la Población Española, en España habría una prevalencia de obesidad superior al 20%, es decir más de una persona de cada cinco tendría obesidad ya establecida. En el caso del sobrepeso, sin llegar a obesidad, la cifra se situaría en torno al 40%. Es decir que más del 60% de los adultos españoles tendrían un exceso de peso.

ni eficaces a corto plazo. Los posibles resultados espectaculares que se puedan obtener con algún tipo de medida más o menos heterodoxa son siempre transitorios y seguidos de un rebrote y una reganancia de peso posterior”.

Destaca que la obesidad no es un fenómeno agudo o transitorio, sino que es una situación crónica, en muchos casos con una predisposición genética que conduce a que las personas con obesidad toda su vida van a tener una tendencia al acúmulo de peso. Todo esto implica que las medidas terapéuticas para el control de esa situación deben ser crónicas y para toda la vida.

“Independientemente de las múltiples opciones que hay para el abordaje terapéutico de la obesidad, como pueden ser la cirugía o los fármacos, el control de la ingesta energética es algo que siempre debe estar presente”. Así, para conseguir y mantener una pérdida de peso, debe realizarse una modificación permanente de hábitos alimenticios que básicamente van a consistir en una reducción del aporte calórico; “a partir de ahí puede ser necesario y eficaz asociar determinados fármacos o incluso recurrir a soluciones quirúrgicas, pero todo ello siempre acompañado de este control dietético”, apunta Manuel Gargallo.

“Los pacientes con diabetes o con obesidad deberían ser considerados personal de riesgo y prioritarios en la administración de vacunas”

Si bien en este momento no existe ninguna medida terapéutica que haya demostrado ser útil si no se acompaña de ese control de la alimentación.

A la hora de analizar aquellas personas con diabetes, el coordinador del Grupo de Trabajo de Diabetes de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) da a conocer que el control de la obesidad es todavía más importante si cabe que en la población sin diabetes, ya que la diabetes repercute negativamente en el control de la enfermedad, y además genera la aparición de otra serie de patologías como la hipertensión, la dislipidemia y el riesgo cardiovascular que son muy malos acompañantes de un paciente con diabetes.

“Es muy importante en un paciente con diabetes evitar la administración de fármacos antidiabéticos que generen aumento de peso. El más característico de ellos es la insulina, que en ocasiones no hay más remedio que administrar, pero que en otras muchas ocasiones se puede evitar o se puede retrasar su prescripción”, apunta.

Por otro lado, el experto nombra que se dispone de fármacos para el control glucémico que entre sus efectos beneficiosos asocia la pérdida de peso. Estos fármacos serían de utilización prioritaria en este tipo de pacientes.

Investigaciones en diabetes

Si nos referimos a la diabetes tipo dos, que es la que tiene una vinculación directa con la obesidad, el experto señala que podemos

decir que el campo de investigación actual es hacia el de fármacos “que combinen no solamente un efecto en el control glucémico, sino también un efecto en la pérdida de peso de manera muy importante. Además, estos medicamentos asociarían beneficios cardiovasculares, y todo esto mediante administraciones muy sencillas como pueden ser simplemente mediante una inyección semanal”.

Manuel Gargallo aclara que actualmente tienen en investigación muy avanzada productos farmacéuticos con una potencia realmente espectacular, tanto para control de la diabetes como en pérdida de peso. “En este sentido, podemos ser optimistas y decir que el futuro de los pacientes con diabetes tipo dos pueda mejorar de una manera muy brillante en pocos años”.

Relación Covid-19, diabetes y obesidad

“Dicho en una sola palabra, podemos decir que este triunvirato covid - diabetes - obesidad es letal, tristemente. No parece que las personas con diabetes u obesidad tengan de por sí una mayor predisposición a infectarse por el virus, pero lo que sí que es claro y evidente es que, una vez infectadas, su evolución es mucho peor y su probabilidad de muerte es mucho mayor que aquellos que no tienen entre sus antecedentes la diabetes o la obesidad”, responde.

Esta circunstancia, que se ha observado no solo en nuestro país sino en todos los países donde se llevan registros de la influencia de las diferentes comorbilidades en la evolución de los pacientes, “nos lleva a pensar a mí y a muchos colegas que los pacientes con diabetes o con obesidad deberían ser considerados personal de riesgo y, por tanto, prioritarios en la administración de vacunas”.

El trabajo de la SEEN

Desde el Grupo de Trabajo de Diabetes de la SEEN este problema se trabaja a múltiples niveles. Por una parte, la SEEN organiza simultáneamente con la sociedad española para el estudio de la obesidad todos los años el Día Mundial de la Obesidad, que constituye básicamente una llamada de atención hacia la población general y hacia los medios de comunicación sensibilizando sobre este problema, así como de las medidas más eficaces para combatirla.

“A nivel profesional, la SEEN ha elaborado multitud de consensos y guías clínicas que sirvan de referencia y orientación hacia los facultativos que manejan estos problemas para poder abordarlas de la forma más eficaz posible. Igualmente, realizamos periódicamente distintos cursos y actividades docentes para la adecuada formación del personal médico en el tratamiento manejo y seguimiento de estas enfermedades”.

También, en colaboración con otras sociedades científicas y asociaciones de pacientes, la SEEN se ha dirigido a los representantes políticos tanto a nivel estatal como autonómico proponiendo medidas de salud pública y política sanitaria que mejoren la asistencia a los pacientes con obesidad y/o diabetes.

Y lleva a cabo una actividad no menos importante, como es la de denunciar cualquier tipo de información en los medios o en las redes sociales sobre supuestas prácticas terapéuticas que se alejen de las recomendaciones científicas y de las evidencias médicas, y que en última instancia van a constituir un riesgo para los pacientes y en muchos casos un fraude económico. +