SUR EL PERIÓDICO DE MÁLAGA

PAÍS: España
PÁGINAS: 5
TARIFA: 4410 €
ÁREA: 542 CM² - 51%

FRECUENCIA: Diario
O.J.D.: 21144
E.G.M.: 141000
SECCIÓN: MALAGA

6 Junio, 2015

MÁLAGA INVESTIGA

J. J. BUIZA

«La prediabetes ya es un factor de riesgo cardiovascular»

Ricardo Gómez Huelgas
Director de la UGCI de Medicina Interna de Málaga

Coordinador de varias investigaciones sobre diabetes y obesidad, alerta de la relación de estas enfermedades con el cáncer o la demencia

Los altos niveles de glucosa en la sangre no solo multiplican el riesgo de desarrollar una diabetes tipo 2. También de sufrir enfermedades del corazón, un derrame cerebral o, incluso, cáncer. Lo sabe bien Ricardo Gómez Huelgas, director de la Unidad de Gestión Clínica Intercentros (UGCI) de Medicina Interna de los hospitales malagueños, quien lleva buena parte de su carrera analizando los males asociados a la diabetes y a la obesidad. Ahora ha dado un paso más entrando a formar parte del proyecto ePredice, un ambicioso programa europeo de investigación en el que participan 15 países y que pretende profundizar en el tratamiento de la prediabetes. «La prediabetes se acompaña normalmente de una obesidad abdominal, de una presión arterial elevada y de un exceso de grasa en la sangre, y es todo el conjunto el que se asocia a enfermedades cardiovasculares e, incluso, a un riesgo de cáncer y demencia», advierte este especialista malagueño.

A sus 58 años recién cumplidos, Gómez Huelgas es toda una autoridad en el ámbito de la diabetes y la obesidad. El proyecto ePredice va más allá en el ámbito de la investigación, ya que no se centrará en pacientes diabéticos, como en otros ensayos, sino en aquellos con unos niveles de azúcar altos, pero que aún no han desarrollado la enfermedad (prediabéticos). «La hipótesis es si el tratamiento de la prediabetes sirve para prevenir las complicaciones típicas de la diabetes», resume. Para ello, Málaga aportará un grupo de unos doscientos pacientes de los 4.000 que se seleccionarán en toda Europa (junto al Hospital Regional de Carlos Haya, en España solo participan también hospitales de Madrid y de Barcelona). Las personas se someterán a una modificación de sus estilos de vida, cuidando su dieta y practicando ejercicio, y a algunos de ellos se les suministrará también fármacos habituales entre los enfermos de diabetes para comprobar su eficacia.

En esta línea, subraya los beneficios demostrados de la actividad física y de la dieta mediterránea, como comprobó en un trabajo realizado en colaboración con los médicos de atención primaria del centro de salud de Ciudad Jardín, y que fue publicado por The European Journal of Internal Medicine, la revista oficial de referencia de los internistas del continente. Se seleccionaron alrededor de 400 pacientes con síndrome metabólico. La mitad de ellos modificaron su estilo de vida, en el sentido de aumentar el ejercicio y cuidar la dieta, con un control no exhaustivo por parte de los médicos.

El estudio demostró que «cualquier intervención, aunque sea mínima, es buena», recalca Gómez Huelgas, ya que la mayoría de los pacientes, aun sin perder peso, dejaron de engordar, perdieron cintura, aumentaron su masa muscular y mejoraron sus cifras de lípidos en sangre, glucosa y presión arterial. «Está comprobado que, aunque no se pierda peso, la dieta mediterránea reduce de forma importante el riesgo de desarrollar diabetes y enfermedades cardiovasculares».

Gómez Huelgas. :: J. J. B.

Los obesos 'sanos'

Otra investigación que han coordinado su equipo y el de Francisco Tinahones, responsable de la UGCI de Endocrinología y Nutrición, junto con varios centros de salud, es la que se ha centrado en los conocidos como obesos metabólicamente sanos, que constituyen aproximadamente un 10% de las personas que sufren obesidad. Se llaman así porque, pese a su sobrepeso, no desarrollan complicaciones metabólicas. La mayoría son mujeres con una edad media de 44 años.

El estudio, en el que han participado más de cien pacientes, se encuentra en su fase final, pero ya arroja resultados significativos sobre las causas de esa misteriosa inmunidad. «Abre la vía para desarrollar medicamentos que puedan activar esos genes protectores», señala Gómez Huelgas.