

REALIZADOS EN EL HOSPITAL DE LA PAZ

## Presentan dos estudios españoles que contribuyen a reducir casos de diabetes

■ M.S.M.

Dubai

Miembros del Hospital Universitario La Paz, de Madrid, han presentado en el Congreso Mundial de Diabetes la primera ecuación de predicción del riesgo cardiovascular genuinamente española, con datos propios y válida en el sur de Europa, que incluye información sobre diabetes, así como el proyecto europeo *D-Plan*, para la prevención mediante actividad física y nutrición de la diabetes tipo 2.

"La ecuación que se usa en Europa no incluye diabetes y sólo mide la mortalidad cardiovascular", ha explicado Rafael Gabriel, director del Grupo de Investigación de las Enfermedades Cardiometabólicas (Red Recava), del Instituto de Investigación del Hospital La Paz (IdiPAZ). "Creemos que es importante incluir el aspecto de la diabetes porque es un factor de riesgo independiente que no se puede obviar, sobre todo en mujeres, donde tiene más peso que la hipertensión o el tabaco".

El estudio se ha realizado sobre una muestra de 12.000 personas en siete provincias españolas con un seguimiento de diez años. Las siete cohortes empleadas tenían información sobre mortalidad total y sobre la presencia de diabetes en la población. "El 25 por ciento de la población tiene más de 65 años, edad en la que se manifiesta la mayor carga de la patología".

### Ejercicio y nutrición

"El *D-Plan* es un proyecto que se lleva a cabo en 25 centros de 17 países; el centro coordinador estuvo en

**En las mujeres la diabetes es un factor de riesgo cardiovascular más importante y fiable que el tabaco o la hipertensión**

Finlandia hasta 2009 y ahora está en el IdiPAZ", ha expuesto Tania Acosta, de la Red Recava. "Queremos implantar un programa de intervención mediante actividad física y nutrición para prevenir la diabetes tipo 2 diseñado desde los centros de primaria para que lo apliquen en la población de alto riesgo".

El proyecto está dividido en cuatro fases. La primera incluye el cribado mediante la escala *Findrisc*. "A las personas que sacaron 14 puntos o más, y que por tanto tenían alto riesgo de diabetes, se les realizó la prueba de tolerancia a la glucosa. Hemos demostrado que, de ellos, el 18,7 por ciento son diabéticos desconocidos", según Acosta.

En la segunda fase formaron al personal sanitario para que tuviesen herramientas que ayudasen a cambiar el estilo de vida de los pacientes. La tercera implicaba un plan de actividad física, de un deporte que gustase al paciente, y la última consistía en motivar para continuar con el taller.

"Los datos de España son a tres años y hemos determinado que los pacientes del grupo que realizó la intervención tienen un estilo de vida más saludable y que hay menos diabéticos".



Rafael Gabriel, responsable de la presentación de la escala.