

Τα παράδοξα του Διαβήτη- ποιοι κινδυνεύουν;

Τι είναι το “obesity paradox “ στο **Διαβήτη**; Πρόσφατη δημοσίευση στο Journal of the American Medical Association, αναφέρεται στα παράδοξα ευρήματα μελέτης που δείχνουν μετά από δεκαετές follow-up , ότι άτομα με φυσιολογικό βάρος και νεοδιαγνωσθέντα σακχαρώδη διαβήτη έχουν υψηλότερο κίνδυνο θνησιμότητας σε σχέση με όσους ήταν υπέρβαροι η παχύσαρκοι.

Οι ερευνητές διεπίστωσαν με έκπληξη ότι όσοι ήσαν υπέρβαροι η παχύσαρκοι είχαν τη τάση να ζουν περισσότερο σε σχέση με εκείνους που ήταν πιο αδύνατοι.

Το ίδιο παράδοξο εύρημα έχει και στο παρελθόν απασχολήσει την ιατρική κοινότητα σε τομείς χρόνιων παθήσεων του καρδιαγγειακού συστήματος αλλά και των νεφρών

Οι ερευνητές επισημαίνουν ότι αυτό δε σημαίνει ότι πρέπει να αρχίσουμε να συστήνουμε την κατανάλωση τροφών με πολλές θερμίδες αν διαπιστώσουμε ότι έχουμε έναν αρχόμενο σακχαρώδη διαβήτη .

Μια πιθανή ερμηνεία για το “obesity paradox “ είναι ίσως η παρουσία μιας προδιάθεσης των αδύνατων ατόμων για αυξημένη θνησιμότητα , μιας και γνωρίζουμε ότι ένα άτομο με φυσιολογικό βάρος και διαβήτη έχει εξαιρετικά υψηλό κίνδυνο θνησιμότητας .Κάποια από αυτά τα σχετικά λεπτά άτομα έχουν γενετική προδιάθεση να αναπτύξουν διαβήτη.

Τα νέα ευρήματα που προκαλούν δικαιολογημένη έκπληξη βασίζονται σε δεδομένα προηγούμενων πέντε μελετών που αφορούσαν σε παρακολούθηση 2600 συμμετεχόντων που ανέπτυξαν διαβήτη τύπου 2, κατά τη διάρκεια της μελέτης . από αυτά τα άτομα ένα ποσοστό 12% είχε φυσιολογικό βάρος όταν έγινε η διάγνωση του διαβήτη .

Ο κίνδυνος θανάτου ήταν 1.5 % ανά έτος στους υπέρβαρους και παχύσαρκους , ενώ ήταν διπλάσιος σχεδόν στα λεπτότερα άτομα.

Συγκεκριμένα εξετάστηκαν στις Ηνωμένες Πολιτείες 2.625 άνδρες και γυναίκες που συμμετείχαν σε 5 προηγούμενες μελέτες και ήταν άνω των 40 ετών και είχαν αναπτύξει διαβήτη .

Με κατάλληλη προσαρμογή των δεδομένων για συνυπάρχουσα υπέρταση , κάπνισμα , περίμετρο μέσης και δυσλιπιδαιμία , οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι πλέον αδύνατοι (φυσιολογικού βάρους) είχαν διπλάσιο κίνδυνο να πεθάνουν από διαβήτη σε σχέση με όσους ήταν υπέρβαροι η παχύσαρκοι.

Να σημειώσουμε εδώ , ότι μπορεί μεν κάποιος να είναι κανονικού βάρους αλλά να μην ακολουθεί κάποιο πρόγραμμα άσκησης και έτσι να

αυξάνει τον κίνδυνο .Αυτό είναι κάτι που δεν μετρήθηκε προφανώς στην εκτίμηση του σχετικού κινδύνου και που θα πρέπει με αφορμή τα συμπεράσματα της μελέτης να το επισημάνουμε για να μη βγαίνουν , όπως πολλές φορές συμβαίνει με βάσει στατιστικές αναλύσεις βεβιασμένα σχόλια που μπορεί να αποθαρρύνουν κάποιον από το να ακολουθεί πχ ένα απόλυτα αναγκαίο πρόγραμμα άσκησης αν πάσχει – και όχι μόνο – από σακχαρώδη διαβήτη .

ΣΩΤΗΡΗΣ ΑΔΑΜΙΔΗΣ MD PhD

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΠΑΘΟΛΟΓΙΑΣ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

email:adamidis@yahoo.com