

The Best of ADA

EMINENCIAS DE PRIMER NIVEL ACERCARON A PROFESIONALES ESPAÑOLES DE LA DIABETES EN MADRID LAS PRINCIPALES CONCLUSIONES DEL **CONGRESO DE LA ASOCIACIÓN AMERICANA DE DIABETES**, QUE SE CELEBRÓ EN ORLANDO A FINALES DE JUNIO.

El congreso anual de la Asociación Americana de Diabetes (ADA, de American Diabetes Association) es un evento de referencia para saber cuánto se ha avanzado en el conocimiento, tratamientos y tecnologías relacionados con la patología. La última cita tuvo lugar en Orlando (Miami), entre los días 22 y 26 de junio. Las principales conclusiones las pudimos conocer en una reunión formativa en Madrid, que lleva por título *The Best of ADA*, y que llegó a su séptima edición. Los impulsores de este encuentro fueron la ADA, la European Association for the Study of Diabetes (EASD) y la Sociedad Española de Diabetes (SED).

La reunión acercó las novedades y aportaciones más relevantes a los expertos españoles que no pudieron acudir a la cita celebrada en Estados Unidos. La información llegó de primera mano, incluso con la presencia de algunos de los ponentes de más peso del congreso de la ADA.

El encuentro tuvo lugar entre los días 6 y 7 de julio, con el patrocinio de Ferrer. Los moderadores fueron los doctores Juan Francisco Merino, vicepresidente de la SED, y el

Los impulsores de este encuentro son la ADA, la European Association for the Study of Diabetes (EASD) y la Sociedad Española de Diabetes (SED)

doctor Fernando Gómez Peralta. La presidenta de la SED, Anna Novials, resaltó que “estas jornadas han supuesto un avance en los conocimientos y un estímulo para el mejor tratamiento de los pacientes con diabetes”.

En la cita de *The Best of ADA*, eminentes miembros de la ADA, EASD y SED divulgaron entre su audiencia estudios sobre el impacto cardiovascular y renal de los nuevos tratamientos para la diabetes tipo 2; el abordaje de la diabetes en las personas mayores; el impacto de la hipoglucemia y su nueva clasificación; la relación entre diabetes, demencia y depresión; y aspectos novedosos del ejercicio y de la diabetes tipo 1 en las personas jóvenes, con mucho foco en la importancia que tiene hoy la tecnología médica, sobre todo para la monitorización continua de glucosa.

La hemoglobina glicada debe leerse de forma conjunta con los valores de la monitorización continua

El doctor William T. Cefalu habló sobre la metformina y sobre su renovada vigencia (es un fármaco eficaz, barato y con escasos efectos secundarios) como tratamiento de primera línea para la diabetes tipo 2. Cefalu, experto en el estudio de la resistencia a la insulina, es director científico y médico de la ADA y redactor jefe de la revista *Diabetes Care*, que actualiza para los profesionales de la sanidad los estándares de cuidados para los pacientes.

T. Cefalu también puso sobre la mesa la importancia y los límites de la determinación de la hemoglobina glicada (HbA1c, que mide la media de glucemia de los tres meses anteriores) que se emplea para el control de la diabetes. Resaltó que la glicada nos ayuda a prevenir las complicaciones crónicas asociadas a la diabetes, y matizó que este valor se debe ahora leer de forma conjunta con los datos que aporta la monitorización continua de glucosa.

Novedades en la gestión de los pacientes con enfermedad renal

El doctor Ian H. Boer, de la Universidad de Washington, Seattle, analizó los cambios introducidos en los *Estándares de Atención Médica de la ADA 2018*, realizados a partir de nuevas evidencias científicas.

Asimismo, trató las novedades en la gestión de los pacientes con enfermedad renal diabética progresiva; incidió en la necesidad de identificar objetivos de presión arterial individualizados; y valoró los datos recientes sobre los fármacos con más beneficios para retrasar o prevenir la progresión de la nefropatía diabética.

El ejercicio y la resistencia a la insulina

La doctora Michelle Magee, profesora de la Universidad de Georgetown de Washington DC, expuso la importancia que tiene el ejercicio físico en la regulación de la dinámica mitocondrial. Ese mecanismo está alterado en la diabetes, y lleva a resistencia a la insulina. La actividad física, explicó, mejora esta dinámica, y puede tener un papel para prevenir las complicaciones asociadas a la diabetes. Recordemos que la ADA aconseja que las personas con diabetes desarrollen una actividad física moderada (de al menos 150 minutos de ejercicio por semana). Por otro lado, analizó las nuevas opciones terapéuticas en el tratamiento de la diabetes tipo 1 en jóvenes: bombas de insulina y sensores para la monitorización continua de glucosa. La evidencia clínica prueba que estas tecnologías mejoran de forma notable el control de la glucosa.

Las ‘3 D’

Otro de los temas estrella del congreso de Orlando fue la relación entre diabetes, depresión y demencia. Las 3 D.

El doctor Elbert Huang, profesor de la Universidad de Chicago, y la doctora Anna Novials, actual presidenta de la SED e investigadora del Hospital Clínic de Barcelona, destacaron que la diabetes incrementa el riesgo de desarrollar depresión, demencia y enfermedad de Alzheimer. En sus conferencias, aportaron estrategias de tratamiento personalizado.

La presidenta de la SED, Anna Novials, resaltó que “estas jornadas han supuesto un avance en los conocimientos y un estímulo para el mejor tratamiento de los pacientes con diabetes”

El doctor Huang indicó algunos consejos prácticos sobre cómo reducir la carga asociada al control de la diabetes en los adultos de más edad. Arrojó luz sobre las barreras que obstaculizan el autocuidado y abundó en nuevas estrategias de tratamiento. Detalló los fármacos que deben excluirse y subrayó la necesidad de un tratamiento personalizado.

Hipoglucemia y salud

El doctor Simon Heller, profesor de diabetes clínica de la Universidad de Sheffield, en Inglaterra, trató el impacto de la hipoglucemia en la salud y bienestar de los pacientes, y enumeró las distintas estrategias para su prevención. ●

