

¿Diabetes tipo 3?

La dieta keto está asociada a la prevención del Alzheimer

Se estima que 463 millones de personas viven con diabetes. Para el 2045, las proyecciones muestran que este número aumentará a unos 700 millones de diabéticos en todo el mundo

La diabetes describe a un grupo de enfermedades metabólicas que provocan niveles elevados de azúcar en sangre con consecuencias terribles como el aumento exponencial en el riesgo de sufrir enfermedades del corazón, derrame cerebral, ceguera, fallo renal, y circunstancias que obliguen a amputaciones de las extremidades.

En los últimos años, la diabetes se ha convertido en una de las principales causas de muerte en todo el mundo. Según la Organización Mundial de la Salud, alrededor de 1,5 millones de personas murieron debido a esta condición en el 2019. En el 2020 fue aún peor pues con la pandemia, la diabetes fue uno de los blancos de ataque preferido del Covid-19.

Se estima que 463 millones de personas viven con diabetes en todo el mundo y para el 2045, las proyecciones indican que este número aumentará a unos 700 millones. Es una cifra más que alarmante. No solamente por las implicaciones sanitarias, también por las económicas y porque según otro estudio del año 2018 no hay sólo dos tipos de diabetes, hay cinco. Los investigadores finlandeses de la universidad de Lund encontraron que los cinco subgrupos identificados tienen muchas diferencias entre sí y responden a tipos genéticos distintos, variedades en el riesgo, complicaciones asociadas y hasta la edad en la que



Un estudio del 2008 llamó a la enfermedad de Alzheimer, diabetes tipo 3

puede aparecer. Sin embargo esta clasificación que pudiera ayudar a personalizar los tratamientos, tiene detractores en la ciencia que piensan que darle un número por tipo a la diabetes no es algo necesariamente preciso. Y de hecho en ese estudio se habla de una Diabetes tipo 3 completamente diferente a la que propuso 10 años antes la neurocientífica de Rhode Island Suzanne de la Monte: la enfermedad de Alzheimer. ►

Investigación: Diabetes y Alzheimer

Insulina, glucosa y cerebro

"La enfermedad de Alzheimer (EA) es un desorden neurodegenerativo devastador relacionado con la edad, que impacta severamente en el desarrollo económico global y el sistema de salud. Aunque la EA se ha estudiado durante más de 100 años desde 1906, las causas exactas y los mecanismos patogénicos aún no se han aclarado", comienza diciendo un estudio del año 2013 de la Universidad Fudan de Shanghai, cuyo autor, Zhichun Chen destaca el metabolismo cerebral perturbado de la glucosa como una característica fisiopatológica invariable y factor crítico de la EA.

Y mientras algunos proponen que la EA se clasifique como un tipo de diabetes, llamada diabetes tipo 3, la comunidad médica no acepta ampliamente como diagnóstico clínico ese término. Lo que sí está aceptado por todos es que una de las principales causas de demencia, se desencadena por un tipo de resistencia a la insulina y una disfunción del factor de crecimiento similar a la insulina que se produce específicamente en el cerebro.

La literatura médica sobre este tema es abundante y radical. Y como lo pudo corroborar la revisión que hizo De La Monte, "los resultados de estos estudios proporcionan una fuerte evidencia en apoyo de la hipótesis de que la EA representa una forma de diabetes mellitus que afecta selectivamente al cerebro. Incluso la Clínica Mayo afirma que ese vínculo entre la diabetes y la EA es real y preocupante, especialmente cuando la enfermedad no ha sido aún diagnosticada. Se dice que las personas con diabetes tipo 2 pueden tener hasta 60% más de probabilidades de desarrollar la EA u otro tipo de demencia, como la vascular, siendo las mujeres diabéticas las más propensas a formar parte de esa estadística.

Se dice que las personas con diabetes tipo 2 pueden tener hasta 60% más de probabilidades de desarrollar la EA u otro tipo de demencia, como la vascular, siendo las mujeres diabéticas las más propensas a formar parte de esa estadística.

La diabetes tipo 3, entonces, es una forma de describir la EA causada por la resistencia a la insulina dentro del cerebro y debido a su complejidad el pronóstico variará según factores que pueden ser hereditarios, o por tener condiciones como la presión arterial alta, Síndrome de Ovario Poliquístico, tener sobrepeso u obesidad, problemas crónicos como la depresión, etc. Dentro del pronóstico se incluye también el cuidado y tratamiento que se haya hecho con la diabetes y qué tan grave o avanzada esté la demencia.

Las cetonas al rescate

Como ya se sabe que la presencia de cuerpos cetónicos tiene un impacto neuroprotector sobre el envejecimiento de las células cerebrales, se han realizado otros estudios para determinar terapias potencial para trastornos neurodegenerativos como la EA. Por ejemplo como el que hizo un grupo de científicos polacos que levantaron banderas de esperanza importantes con sus conclusiones.

La dieta cetogénica tiene propiedades neuroprotectoras

Detener el Alzheimer

Los investigadores que promueven el diagnóstico de diabetes tipo 3 sugieren que es posible que se pueda retrasar la progresión de la EA u otros tipos de demencia.

El trabajo del equipo de la Universidad Médica de Lublin, realizada en el 2019 resume datos experimentales y clínicos de múltiples ensayos, que sugieren que la dieta cetogénica podría ser una opción terapéutica potencial para la EA, debido a sus propiedades neuroprotectoras. "Basado en los limitados estudios en animales y ensayos clínicos, la dieta cetogénica tiene efectos beneficiosos para mejorar la función mitocondrial y el metabolismo celular. Se asocia con una mejora del rendimiento cognitivo en adultos mayores con EA. La mejora de los resultados cognitivos depende del nivel y la duración de la cetosis" concluye ese análisis y destaca que los mejores resultados del tratamiento con la dieta keto se obtuvieron en las etapas asintomáticas. Prevenir, por lo visto haría una gran diferencia. Por lo pronto habrá que seguir investigando y mientras tanto, a cuidar lo que se come. ◀

Fuentes

Ahlqvist E. et al. *Novel subgroups of adult-onset diabetes and their association with outcomes: a data-driven cluster analysis of six variables.* Lancet Diabetes Endocrinol. 2018

Chen, Zhichun, and Chunjiu Zhong. *Decoding Alzheimer's disease from perturbed cerebral glucose metabolism: implications for diagnostic and therapeutic strategies.* Progress in neurobiology (2013)

de la Monte, Suzanne M y Jack R. Wands. *La enfermedad de Alzheimer es la evidencia de diabetes tipo 3 revisada.* Revista de ciencia y tecnología de la diabetes (2008)

Rusek, Marta et al. *Ketogenic Diet in Alzheimer's Disease.* International journal of molecular sciences 2019

