

Detección de la prediabetes y la diabetes tipo 2

El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force, USPSTF) ha publicado recientemente recomendaciones sobre la detección de la prediabetes y la diabetes tipo 2.

¿Qué son la prediabetes y la diabetes?

La prediabetes y la diabetes son afecciones en las que la **glucosa** (el azúcar) no se metaboliza con normalidad, lo que provoca niveles altos de azúcar en la sangre. La causa de este metabolismo anómalo del azúcar es un problema con la **insulina**, una hormona producida por el páncreas que ayuda a regular el nivel de azúcar. En la diabetes tipo 2, el cuerpo deja de responder adecuadamente a la insulina (**resistencia a la insulina**) y, finalmente, el páncreas deja de producir suficiente insulina.

La prediabetes significa que una persona tiene un nivel de azúcar en la sangre superior a lo normal, pero aún no está en el rango de lo que se considera diabetes. La prediabetes aumenta el riesgo de desarrollar diabetes, pero no siempre progresa a diabetes. El ejercicio, una dieta saludable y la pérdida de peso en caso de tener sobrepeso u obesidad son formas eficaces de prevenir la diabetes. Los factores de riesgo para desarrollar prediabetes y diabetes incluyen sobrepeso u obesidad, edad avanzada y tener familiares con diabetes.

Los síntomas de la diabetes se deben a un nivel alto de azúcar en la sangre e incluyen tener mucha sed y orinar con mayor frecuencia. Con el tiempo, la diabetes puede provocar enfermedad cardiovascular, nefropatía y ceguera. Además de los cambios en el estilo de vida, la diabetes se puede tratar con una variedad de medicamentos, tales como comprimidos e inyecciones (que incluyen tanto inyecciones de insulina como de sustancias distintas de la insulina).

¿Qué prueba se utiliza para detectar la prediabetes y la diabetes?

La detección de la prediabetes y de la diabetes se realiza mediante el control del nivel de azúcar en la sangre. Hay varias pruebas que pueden utilizarse para evaluar el azúcar en la sangre, incluida la medición de la glucosa en ayunas, la medición de la hemoglobina A_{1c} y una prueba de tolerancia a la glucosa por vía oral.

¿Cuál es la población que se considera para la detección de la prediabetes y de la diabetes?

Esta recomendación se aplica a personas adultas no embarazadas de entre 35 y 70 años que tengan sobrepeso u obesidad y no tengan síntomas de diabetes.

¿Cuáles son los beneficios y los daños potenciales de la detección de la prediabetes y la diabetes?

El objetivo de la detección de la prediabetes y la diabetes es identificar y tratar estas afecciones lo antes posible, para prevenir el progreso de la enfermedad y los resultados adversos, como infarto, nefropatía, disminución de la visión y muerte. Aunque hay evidencia directa limitada de que la detección de la prediabetes y la diabetes mejora los resultados de la salud, existe buena evidencia directa de que

Detección de la prediabetes y la diabetes tipo 2

La diabetes afecta aproximadamente a un 13 % de los adultos en los Estados Unidos y la prediabetes, a otro 34 %. El progreso de la prediabetes a diabetes puede prevenirse mediante cambios en el estilo de vida, así como con medicamentos.



Población

Personas adultas no embarazadas de entre 35 y 70 años que tienen sobrepeso u obesidad y no tienen síntomas de diabetes.



Recomendación del USPSTF

El USPSTF recomienda la detección de la prediabetes y la diabetes tipo 2 en adultos de entre 35 y 70 años que tengan sobrepeso u obesidad. Los médicos deben ofrecer a los pacientes con prediabetes intervenciones preventivas eficaces o derivarlos para que las reciban.

las intervenciones para la diabetes recién diagnosticada tienen un beneficio moderado en la reducción de la mortalidad por cualquier causa, la mortalidad relacionada con la diabetes y el riesgo de infarto después de 10 a 20 años de la intervención. Además, existe evidencia convincente de que las intervenciones en el estilo de vida, como la dieta y el ejercicio, en personas que tienen prediabetes reducen el progreso a la diabetes tipo 2.

Los posibles daños de la detección son pequeños. Estos pueden incluir estrés psicológico por un diagnóstico de prediabetes o diabetes, así como posibles efectos secundarios del tratamiento, como nivel bajo de azúcar en la sangre (**hipoglucemia**) o efectos secundarios gastrointestinales de la metformina.

¿Cuán fuerte es la recomendación de la detección de la prediabetes y de la diabetes?

El USPSTF concluye, con una certeza moderada, que la detección de la prediabetes y la diabetes tipo 2 en adultos con sobrepeso u obesidad y el hecho de ofrecer a los pacientes con prediabetes intervenciones preventivas eficaces, o derivarlos para que las reciban, tienen un beneficio neto moderado.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.
(US Preventive Services Task Force)
www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/topic_search_results?topic_status=P

Autora: Dra. Jill Jin, MPH

Afiliaciones de la autora: Editora asociada, JAMA.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses: no se informan.

Fuente: Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. Detección de la prediabetes y la diabetes tipo 2: declaración de recomendaciones del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. JAMA. Publicado el 24 de agosto de 2021. doi:10.1001/jama.2021.12531

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un mensaje de correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.