

Una nueva dieta podría ayudar a los diabéticos a perder el triple de peso

La diabetes de tipo 2 es la más habitual y está íntimamente ligada al índice de masa corporal

Salud | 19/07/2012 - 18:38h

Barcelona. (Efe).- Siete hospitales españoles han llevado a cabo un **estudio** que demuestra que una **nueva dieta** basada en el consumo de unas proteínas determinadas es **más eficaz** que la convencional al tratar la diabetes de tipo 2, ya que consigue **triplicar la reducción del peso**.

"La dieta 'proteinada' es tan segura como la hipocalórica -la convencional- pero es mucho más eficaz en la pérdida de peso", ha explicado este jueves, en una conferencia, el doctor Albert Goday, jefe de Endocrinología y Nutrición del Hospital del Mar y coordinador del estudio.

La **diabetes** de tipo 2 es la más habitual y está íntimamente ligada al índice de masa corporal, pues en el 80% de este tipo de diabéticos tienen sobrepeso. A estos pacientes se les indica habitualmente una dieta hipocalórica, que se basa en comer todo tipo de alimentos pero con menos cantidad para evitar que se ingieran más calorías de las que el cuerpo puede consumir.

La dieta basada en las proteínas cambia este paradigma y reduce la dieta a un tipo de verduras y a unos preparados de proteínas, consumidos cinco veces al día, que lo que consiguen es que el cuerpo entre en cetosis -situación metabólica del organismo originada por déficit de carbohidratos- y así se le fuerza a quemar grasas.

Tras seguir durante cuatro meses a 45 pacientes tratados con la dieta convencional y otros tantos con la dieta 'proteinada', los autores del estudio han observado que el segundo grupo perdió 14 kilogramos, frente a los 4 kilogramos reducidos del primero.

A los que se les administró la dieta 'proteinada' presentaron parámetros de función hepática y renal normal y sólo algunos de ellos tuvieron los efectos secundarios leves que se dan habitualmente cuando se pierde peso en poco tiempo. Asimismo, entre los que siguieron la dieta 'proteinada' el número de pacientes que logró un nivel de azúcar en sangre normalizado fue casi tres veces superior que el de la dieta convencional.

El estudio, bautizado como Diaprokal, se realizó en el Hospital del Mar de Barcelona, el de Basurto de Vizcaya, el Arquitecto Marcide-Novoa Santos de Vigo, el de Santiago de Compostela, el de Virgen del Rocío de Sevilla, el Sos Espases de Palma de Mallorca y la Policlínica Sagasta de Zaragoza.

Según los autores, la dieta de preparados proteínicos -que sólo se pueden obtener con prescripción médica- y las verduras tiene un coste de unos 15 euros al día, frente a los 12 euros que se estima que gastan los que siguen la tradicional dieta hipocalórica. Sin embargo, con el actual estado de las finanzas públicas, el doctor Goday ve complicado que en el corto plazo el sistema público de salud subvencione el nuevo tratamiento.

Cada unidad de preparado incluye 15 gramos de proteínas de sustancias naturales entre las que hay tres elementos claves en el control de la diabetes: el cromo, la biotina y un tipo de ginseng cultivado en EUA. "Estas tres sustancias combinadas mejoran la glucemia y acentúan el efecto antidiabético del cuerpo", ha subrayado el nutricionista de la Universidad de Montreal, Farouk Radwan.

En España, se estima que el 13% de la población es diabética y que el 80 % de ellos, además, tiene sobrepeso (índice de masa corporal por encima de 27). La diabetes de tipo 2, que es la mayoritaria, aparece con la edad (a partir de los 75 años el 25% de la población la tiene) y, si bien es mayoritaria en los hombres antes de los 50 años, a partir de esa edad tiene más incidencia en las mujeres.

El estudio Diaprokal ha sido impulsado por Pronokal, una empresa dedicada a fórmulas científicas para perder peso que tiene sedes en Barcelona, Madrid y Valencia.