

Interventi sullo stile di vita riducono incidenza diabete quanto la metformina

Data 16 settembre 2015 Categoria Clinica

Sia gli interventi sullo stile di vita che la metformina riducono l'incidenza a lungo termine del diabete mellito e delle complicanzemicrovascolari.

Il Gruppo di Ricercatori del Programma di Prevenzione del Diabete ha pubblicato su The Lancet i risultati di uno studio che ha valutato nel lungo termine (15 anni di follow up) l'efficacia dell'intervento sullo stile di vita o della metformina nella prevenzione del diabete, dimostrata nel corso del programma triennale Diabetes Prevention Program (DPP), e sulle complicanze microvascolari associate al diabete.

Il DPP (1996-2001) era un trial randomizzato di confronto tra un intervento intensivo sullo stile di vita o la metformina "mascherata" e un placebo in un gruppo selezionato per il rischio molto elevato di sviluppare il diabete. Tutti i partecipanti, alla fine del DPP, hanno svolto un training sullo stile di vita. 2776 persone della coorte DPP in vita (88%) sono state seguite nel DPP Outcomes Study (DPPOS, 1 settembre, 2002/ 2 gennaio 2014) e analizzati per intenzione al trattamento sulla base della loro assegnazione originale al DPP. Durante il DPPOS, al gruppo di intervento sullo stile di vita è stato fornito semestralmente un training di rinforzo e il gruppo metformina ha ricevuto metformina "non mascherata". Gli outcome primari erano lo sviluppo di diabete e la prevalenza di malattia microvascolare. Per la valutazione della malattia microvascolare, i ricercatori hanno utilizzato un outcome microvascolare complessivo, composto da nefropatia, retinopatia e neuropatia.

Nel corso di un follow-up medio di 15 anni, l'incidenza del diabete si è ridotta del 27% nel gruppo di intervento sullo stile di vita (hazard ratio 0 73, 95% CI 0 65-0 83; p <0 0001) e del 18% nel gruppo metformina (0 82, 0 72-0 93; p = 0 001), rispetto al gruppo placebo, con differenze tra i gruppi in diminuzione nel corso del tempo. A 15 anni, l'incidenza cumulativa di diabete era del 55% nel gruppo stile di vita, del 56% nel gruppo metformina, e del 62% nel gruppo placebo. Alla fine dello studio la prevalenza del risultato microvascolare aggregato non differiva in modo significativo tra i gruppi di trattamento nella coorte totale (placebo 12 4%, 95% CI 11 1-13 8; metformina 13 0%, 11 7-14 5; intervento sullo stile di vita 11 3%, 10 1-12 7). Tuttavia, nelle donne (n = 1887) l'intervento sullo stile di vita è stato associato a una più bassa prevalenza (8 7%, 95% CI 4-10 7 2) rispetto ai gruppi placebo (11 0%, 9 6-12 6) e metformina (11 2%, 9 7-12 9), con riduzioni del gruppo di intervento sullo stile di vita del 21% (p = 0•03) rispetto al placebo e del 22% (p = 0 02) rispetto a metformina. Rispetto ai partecipanti che hanno sviluppato il diabete, quelli che non lo hanno sviluppato avevano una prevalenza minore del 28% di complicanze microvascolari (rischio relativo 0 72, 95% CI 0 63-0 83; p <0 0001).

"L'intervento sullo stile di vita o la metformina – affermano i ricercatori del Diabetes Prevention Program Research Group – riducono significativamente lo sviluppo del diabete in 15 anni. Non si sono riscontrate differenze globali nell'outcome microvascolare aggregato tra i gruppi in trattamento; tuttavia, coloro che non hanno sviluppato il diabete hannoa vuto una minore prevalenza di complicanze microvascolari rispetto a chi lo ha sviluppato. Questo risultato – concludono – conferma l'importanza della prevenzione del diabete".

Fonte:Lancet