



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 complicanze microvascolari.

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 4.1-10.7) 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 hanno avuto una minore prevalenza di complicanze microvascolari rispetto a chi lo ha sviluppato. Questo risultato – concludono – conferma l'importanza della prevenzione del diabete".

Fonte: *Lancet*