

■ PREVENZIONE

L'ipertrigliceridemia nei giovani aumenta il rischio di diabete

L'ipertrigliceridemia persistente è collegata ad un aumento del rischio di diabete di tipo 2 (DM2) nei giovani adulti, indipendentemente dallo stile di vita. Questa la conclusione di uno studio prospettico che ha analizzato i dati di 1.840.251 soggetti di età compresa tra 20 e 39 anni provenienti dal database del Servizio di assicurazione sanitaria nazionale della Corea del Sud (età media 34 anni, 71% maschi).

Gli individui erano stati sottoposti a quattro controlli sanitari annuali consecutivi tra il 2009 e il 2012 e non avevano una storia di DM2.

I soggetti coinvolti nella ricerca sono stati suddivisi in cinque gruppi (0, 1, 2, 3 e 4) che indicano il numero di diagnosi di ipertrigliceridemia, definita come livelli sierici di trigliceridi a digiuno pari o superiori a 150 mg/dl, nel corso di quattro anni consecutivi.

I dati sui fattori di rischio legati allo stile di vita, come l'abitudine al fumo e il consumo eccessivo di alcol, sono stati raccolti attraverso questionari autosomministrati. L'outcome primario erano i casi di DM2 di nuova diagnosi.

Nel corso di un follow-up medio di 6.53 anni, hanno sviluppato DM2 40.286 soggetti in totale.

► Trigliceridi e rischio diabete

L'incidenza cumulativa di DM2 è risultata aumentata con l'incremento dei punteggi di esposizione per l'ipertrigliceridemia, in maniera significativa e indipendentemente dai fattori legati allo stile di vita.

Il tasso di incidenza per 1.000 anni-persona è stato di 1.25 per i partecipanti con un punteggio di esposizione pari a 0 e di 11.55 per quelli con un punteggio di 4.

Per gli individui con punteggi di esposizione pari a 1, 2, 3 e 4, i rapporti di rischio aggiustati per il diabete incidente erano 1.674, 2.192, 2.637 e 3.715, rispettivamente, in confronto a quelli con un punteggio di esposizione pari a 0.

Le analisi esplorative dei sottogruppi hanno suggerito che il rischio di DM2 nell'ipertrigliceridemia persistente era più pronunciato tra le persone tra i 20 e i 30 anni e nelle donne.

► Ipertrigliceridemia nei giovani

Il diabete di tipo 2 a esordio giovanile, che si riferisce alla diagnosi di diabete di tipo 2 in soggetti di età inferiore ai 40 anni, è sempre più diffuso in tutto il mondo. Sebbene i fattori di rischio per il DM2 ad esordio giovanile siano simili a quelli per il DM2 ad esordio tardivo, l'aumento dell'obesità e dello

stile di vita sedentario ha portato ad un aumento dell'incidenza di questa patologia anche tra gli individui più giovani.

In particolare, dato l'aumento della prevalenza dell'ipertrigliceridemia in vari gruppi di età, vi è un crescente interesse nell'acquisire una comprensione approfondita delle sue implicazioni nei giovani adulti, principalmente a causa dei suoi potenziali effetti sulla salute a lungo termine.

I giovani adulti possono sperimentare aumenti temporanei dei livelli di trigliceridi a causa di fattori quali scelte alimentari non salutari, abitudine al fumo, consumo eccessivo di alcol, obesità e stile di vita sedentario. La persistenza di livelli elevati di trigliceridi può però influenzare il rischio di sviluppare il diabete in questi soggetti.

Lo studio del rischio di diabete di tipo 2 associato a ipertrigliceridemia persistente nei giovani adulti può quindi fornire preziose informazioni per la prevenzione e la gestione della malattia. Infatti l'identificazione dei soggetti a rischio più elevato sulla base dei livelli di trigliceridi e delle strategie di gestione dell'ipertrigliceridemia persistente nei giovani adulti potrebbe potenzialmente ridurre il peso del diabete di tipo 2 ad esordio giovanile e migliorare i risultati sanitari a lungo termine.

L.T.

• Min-Kyung Lee, et al. Cumulative exposure to hypertriglyceridemia and risk of type 2 diabetes in young adults. *Diab Res Clin Pract* 2024. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.diabres.2024.111109>