

Troppe le cattive abitudini dei medici

Da uno studio condotto dall'Associazione Medici Diabetologi sui suoi iscritti, utilizzando il Diabetes Risk Score, emerge uno scenario epidemiologico del tutto sovrapponibile a quello della popolazione italiana. In cui sono presenti sovrappeso, obesità, scarsa attività fisica, terapie insufficienti

Diabete, una malattia metabolica complessa data dall'interazione tra una predisposizione geneticamente determinata e fattori ambientali diversi, nei confronti della quale è possibile operare un'efficace opera di prevenzione. Si tratta sostanzialmente di adottare uno "stile di vita a basso rischio".

Purtroppo questa condotta viene da molti medici ampiamente disattesa. Lo rivela un'indagine condotta dall'Associazione Medici Diabetologi (AMD) sul rischio metabolico dei diabetologi italiani, invitandoli a rispondere al Diabetes Risk Score (DRS). Si tratta di un questionario che è stato validato anche nella popolazione italiana dallo studio IGLOO (Franciosi M, et al. *Diabetes Care*. 2005; 28: 1187-94) che ha messo in evidenza che ponendo il valore soglia ad un punteggio ≥ 9 (lo score va da 0 a 24), si ottiene una sensibilità del test dell'86% e un valore predittivo negativo del 93% per diabete non-diagnosticato e del 77% e 76%, rispettivamente, per la ridotta tolleranza ai carboidrati.

All'indagine hanno risposto 597 medici di entrambi i sessi compresi in un'ampia fascia di età (23% ≤ 44 anni; 33% compresi tra 45 e 54 anni; 40% compresi tra 55 e 64 anni; 4% ≥ 65 anni). Il quadro che emerge non è confortante: infatti circa il 40% dei medici intervistati ha un indice di massa corporea (BMI) compreso tra 25 e 30 (sovrappeso) mentre l'8% è risultato francamente obeso (>30). Una copia conforme a quanto i dati ISTAT indicano per la popolazione generale. La presenza di almeno un familiare diabetico (di primo o di secondo grado) si evidenzia nel 58% di loro.

Tra le domande, due riguardavano espressamente lo stile di vita: in particolare il consumo giornaliero di frutta e verdura e l'attività fisica, il cui effetto protettivo sull'incidenza del diabete tipo 2 è ormai assodato. Bene, meno della metà dei diabetologi (45%) che hanno partecipato dichiara di svolgere esercizio fisico per almeno 30 minuti al giorno; va sicuramente meglio per quanto riguarda frutta e verdura, consumata giornalmente da più del 90% degli intervistati. Vale la pena ricordare come molti studi hanno dimostrato che medici con sane abitudini personali sono più propensi a incoraggiare i propri assistiti ad adottare tali abitudini e risultano più credibili e più motivanti ai loro occhi. Scade anche il risultato relativo alla terapia medica orale, visto che solo il 25% ha dichiarato di assumere regolarmente antipertensivi. Per quanto riguarda l'accertamento casuale di glicemia elevata questa è stata rilevata dal 10% dei medici. L'analisi dei punteggi complessivi ottenuti con il questionario mostra che circa il 56% dei diabetologi ha totalizzato un valore maggiore o uguale a 9, che li renderebbe sicuramente meritevoli di un esame di approfondimento con il dosaggio della glicemia a digiuno.

La somministrazione del questionario rappresenta un metodo molto semplice ed economico, che non contempla nessuna determinazione di laboratorio specifica ed ha il vantaggio di mostrare una buona resa nell'identificare soggetti a rischio di diventare diabetici. Potrebbe quindi rappresentare un prezioso strumento di screening opportunistico e/o organizzato nella popolazione generale.