

## PREVENIRE IL DIABETE: ANCORA NUOVE EVIDENZE SU QUANTO SIA IMPORTANTE

Responsabile Editoriale  
**Renato Cozzi**

L'efficacia della prevenzione del diabete e delle complicanze micro-vascolari associate era già stata dimostrata nel corso dei 3 anni del programma *Diabetes Prevention Program* (DPP, 1). Il DPP era uno studio randomizzato di confronto tra intervento intensivo sullo stile di vita, metformina e placebo in un gruppo di soggetti ad alto rischio di sviluppare il diabete.

Recentemente sono stati pubblicati i risultati dello studio DPP *Outcomes Study* (DPPOS, 2), in cui 2776 persone che avevano partecipato allo studio DPP (88%) sono state poi seguite in 15 anni di *follow-up* (settembre 2002 - gennaio 2014): il gruppo di intervento sullo stile di vita ha proseguito con un *training* di rinforzo semestrale e il gruppo metformina ha proseguito la terapia. Gli *outcome* primari erano lo sviluppo di diabete e la prevalenza di patologia micro-vascolare (nefropatia, retinopatia, neuropatia).

Questo studio ha evidenziato importanti risultati:

- 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*;
- rispetto al gruppo *placebo*, **l'incidenza del diabete si è ridotta del 27% nel gruppo di intervento sullo stile di vita** (*hazard ratio* 0.73, IC95% 0.65-0.83;  $p < 0.0001$ ) e del **18% nel gruppo metformina** (HR 0.82, IC95% 0.72-0.93;  $p = 0.001$ );
- alla fine dello studio la prevalenza delle complicanze micro-vascolari non differiva in modo significativo tra i gruppi di trattamento nella coorte totale (*placebo* 12.4%, IC95% 11.1-13.8; metformina 13.0%, IC95% 11.7-14.5; intervento sullo stile di vita 11.3%, IC95% 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%, IC95% 7.4-10.2) rispetto ai gruppi *placebo* (11.0%, 9.6-12.6) e metformina (11.2%, 9.7-12.9);
- rispetto ai partecipanti che hanno sviluppato il diabete, quelli che non lo hanno sviluppato avevano una prevalenza minore del 28% di complicanze micro-vascolari (rischio relativo 0.72, IC95% 0.63-0.83;  $p < 0.0001$ ).

**In conclusione** si conferma l'importanza della prevenzione del diabete:

1. sia l'intervento sullo stile di vita che la metformina riducono significativamente lo sviluppo del diabete anche nel lungo periodo;
2. coloro che non hanno sviluppato diabete hanno avuto minore prevalenza di complicanze micro-vascolari rispetto a chi lo ha sviluppato;
3. non sono state riscontrate differenze nell'*outcome* micro-vascolare tra i gruppi in trattamento.

### Bibliografia

1. Knowler WC, Barrett-Connor E, Fowler SE, et al, Diabetes Prevention Program Research Group. Reduction in the incidence of type 2 diabetes with lifestyle intervention or metformin. *N Engl J Med* 2002, 346: 393-403.
2. Diabetes Prevention Program Research Group. Long-term effects of lifestyle intervention or metformin on diabetes development and microvascular complications over 15-year follow-up: the Diabetes Prevention Program Outcomes Study. *Lancet Diabetes Endocrinol* 2015, doi: [10.1016/S2213-8587\(15\)00291-0](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(15)00291-0).
3. Disoteo O. Prevenzione della progressione da prediabete a diabete. [Endowiki](#).



**Barbara Piralì** ([barbara.pirali3@gmail.com](mailto:barbara.pirali3@gmail.com))  
Ambulatori Endocrinologia e Diabetologia, Humanitas Mater Domini,  
Castellanza (VA)