

Lekárska štúdia – PREVIEW

Je známe, že nadváha a obezita patria medzi hlavné rizikové faktory cukrovky 2. typu (DM2) a že zníženie hmotnosti môže oddialiť vznik DM2. Štúdia PREVIEW je doteraz najväčšou medzinárodnou štúdiou zameranou na prevenciu DM2 u pacientov s nadváhou a prediabetom. Zamerala sa aj na porovnanie metabolických výsledkov redukcie hmotnosti pomocou osemtyždňovej nízkoenergetickej diéty (energetický príjem 810 kcal/deň, The 1:1 Diet) u mužov a žien.

O štúdi:

Štúdie sa zúčastnilo 2 224 účastníkov (1 504 žien, 720 mužov) z 10 krajín s nadváhou (BMI > 25) a prediabetom podľa kritérií Americkej diabetologickej asociácie. Na kontrolné vyšetrenia sa dostavilo 2 020 účastníkov štúdie. Ženy znížili svoju hmotnosť v priemere o 16 % menej (-10,2 kg) ako muži (-11,8 kg). HOMA-IR, ukazovateľ inzulínovej rezistencie, sa znížil podobne u oboch pohlaví (-1,42). Z-skóre, celkový ukazovateľ metabolického syndrómu, sa znížilo výrazne viac u mužov (-3,4) ako u žien (-2,1). Po ukončení osemtyždňovej redukcie hmotnosti dosiahlo 35,8 % a 40,2 % účastníkov s prediabetom normoglykémiu a cieľové zníženie hmotnosti (t. j. zníženie o viac ako 8 % ich východiskovej telesnej hmotnosti).

Autori dospeli k záveru, že osemtyždňová nízkokalorická diéta viedla k významnému zlepšeniu antropometrických ukazovateľov, krvného tlaku a metabolického profilu u žien a mužov s nadváhou a prediabetom. Hoci sa inzulínová rezistencia (HOMAIR) zvýšila u všetkých účastníkov, zníženie hmotnosti, Z-skóre, hladiny C-peptidu a hmotnosti tukového tkaniva bolo výraznejšie u mužov.

Naopak, u žien došlo k výraznejšiemu poklesu HDL cholesterolu, objemu aktívnej telesnej hmoty a k zmenám v zložení kostných minerálov, čo autori vyhodnotili ako nežiaduce. Autori sa obávajú, že tieto zmeny by mohli sťažiť dlhodobé udržanie hmotnosti a zhoršiť kardiovaskulárne zdravie v budúcnosti, a preto odporúčajú ďalšie štúdie.