

ESTRELLA DIGITAL

Más de 2.000 personas recibieron educación diabetológica en el Complejo Hospitalario de Toledo

Fecha: 28/03/03

URL: http://www.albaceteestrella.com/030328/articulos/actualidad_9c.htm

Se imparte de forma individualizada y el contenido del programa inicial depende del tipo de diabetes, edad y características de cada paciente
Redacción

Albacete La Sección de Endocrinología del Complejo Hospitalario Toledo, dependiente del Servicio de Salud de Castilla-La Mancha (SESCAM), impartió durante el año pasado clases de educación diabetológica a más de 2.000 personas, que recibieron información sobre las recomendaciones que deben seguir para llevar un control adecuado de la diabetes.

La diabetes, enfermedad caracterizada por un exceso de azúcar en la sangre, producida por falta de producción de insulina (diabetes tipo 1) o la poca acción y secreción de la misma para utilizar bien los azúcares o hidratos de carbono que tomamos con los alimentos (diabetes tipo 2), es un trastorno crónico que precisa tratamiento para toda la vida y, sobre todo, requiere unos cuidados generales y colaboración por parte de la persona afectada.

De ahí que la educación diabetológica constituya una parte esencial e integrante del tratamiento, ya que a través de ella los pacientes conocen los consejos que deben poner en práctica todos los días para la buena marcha de su enfermedad. El objetivo de estas clases, que son impartidas por dos enfermeras educadoras de la Sección de Endocrinología, es transmitir al diabético determinados hábitos y habilidades para conseguir una buena calidad de vida, potenciar el autocuidado para lograr el mejor control posible y prevenir las complicaciones a largo plazo de la diabetes.

Las clases se imparten de forma individualizada y el contenido del programa de formación inicial depende del tipo de diabetes, edad y características de cada paciente. Suele durar alrededor de tres días, dependiendo de la receptividad y de la capacidad de asimilación de cada paciente. Durante el año pasado más de 900 personas asistieron por primera vez a estas clases en las que, además de conocer los conceptos generales de la diabetes, aprenden a inyectarse la insulina y a rotar la zona de inyección o cómo deben tomar otro tipo de medicación.

Asimismo, reciben consejos sobre la dieta que deben seguir y cómo repartir las comidas a lo largo de la jornada, la importancia de realizar



ejercicio físico, y cómo realizarse un autoanálisis (medir la cantidad de azúcar en sangre en determinados momentos del día). Un buen control de la **diabetes** se logra a través de un acoplamiento de todos los elementos que integran el tratamiento, es decir, dieta, ejercicio y medicación.

Cuando, en algún momento, los elementos del tratamiento no se acoplan bien por exceso o por defecto de cualquiera de ellos o la presencia de otras enfermedades, pueden aparecer situaciones agudas por grandes desequilibrios de la glucemia.

Entre estas complicaciones agudas destacan la hipoglucemia (bajadas bruscas del azúcar) y la hiperglucemia (elevaciones del azúcar). Esta última puede llevar a la cetoacidosis, un grave trastorno que se produce por falta de insulina y la glucosa se sitúa por encima de los 300 miligramos junto con acetona. En las clases también se enseña a los diabéticos cómo prevenir este tipo de situaciones y cómo hacer frente a ellas en caso de producirse.

El proceso de educación del diabético no concluye con estas clases iniciales sino que a lo largo de toda su vida seguirá recibiendo nuevos consejos y recomendaciones, por ejemplo, sobre las dietas por equivalencias, el ajuste de las dosis de insulina en diferentes situaciones (cambios de ritmo en la actividad, celebraciones, viajes, etc.) y cuidados de los pies. Cerca de 1.000 personas asistieron a estas clases sucesivas el año pasado.

En la Sección de Endocrinología donde son seguidos regularmente más de 2.400 pacientes diabéticos, se ha constatado una presencia de complicaciones inferior a la registrada en otros grupos de nuestro entorno. Por ejemplo, el índice de pacientes con retinopatía se sitúa en el 30% y el de nefropatía a un 18%.

Otro grupo que se beneficia especialmente de la educación **diabetológica** es el de las mujeres que durante el embarazo desarrollan **diabetes** gestacional (aproximadamente un 10% de las embarazadas) cuyo diagnóstico se realiza mediante una curva de glucosa. Aunque para la madre sólo supone un trastorno leve, el feto sí puede verse afectado, tanto en el crecimiento como en el momento del nacimiento si bien estos problemas se pueden prevenir o paliar con un buen control a través de una dieta, ejercicio físico suave y, en determinados casos, poniéndose insulina hasta el final de la gestación. Durante el año pasado, 380 mujeres embarazadas asistieron a estas clases.