

Atención Primaria

Prevenir y educar, la mejor estrategia para evitar complicaciones en diabetes

La higiene diaria del pie y el control periódico de la glucemia siguen siendo la estrategia preventiva más eficaz para evitar la aparición de complicaciones en la diabetes. Un estudio catalán demuestra que la intervención educativa desde primaria mejora el autocuidado del enfermo y reduce el riesgo de desarrollar lesiones podológicas.

M^a Carmen Rodríguez - 22/02/2007

La prevención y la educación diabetológica sigue siendo el caballo de batalla en la patología diabética. Cada año más de tres millones de personas mueren como consecuencia de las complicaciones de la diabetes. Alrededor del 15 por ciento de ellos desarrollan úlceras en los pies a lo largo de su vida y entre 5 y 25 personas de cada 1.000 sufren una amputación. Para evitarlo el paciente debe controlar periódicamente las cifras de glucemia y tensión arterial y aprender a cuidarse los pies.

Según José Manuel Comas, presidente de la Sociedad Castellano-Manchega de Médicos de Atención Primaria (**Semergen**), entre un 49 y un 85 por ciento de todos los problemas relacionados con el pie diabético se pueden prevenir si se adoptan las medidas adecuadas. "Cada 30 segundos alguien pierde una pierna en algún lugar del mundo por la diabetes. Para prevenirlo es necesario el control periódico de la glucemia y las cifras de tensión arterial, saber cuidarse los pies y evitar la aparición de lesiones y de pérdida de sensibilidad".

Pese a que el paciente es el responsable último de la evolución de su enfermedad, el papel educativo que desempeña el equipo de atención primaria -pediatra, enfermero y médico de familia- es vital en el pronóstico de la patología. "El abordaje del pie diabético requiere equipos bien organizados capaces de transmitir a cada paciente el mensaje adecuado".

Educación

La educación diabetológica es por tanto el primer paso para prevenir el pie diabético. Pero, ¿cómo y cuándo llevarla a cabo en la consulta? Para Javier Soldevilla, profesor de enfermería geriátrica de la Escuela Universitaria de Enfermería de Logroño y director del Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento en úlceras por presión y heridas crónicas, tanto la forma en la que se transmite la información como el tiempo que se emplea para educar al paciente es vital para mejorar sus hábitos higiénico-dietéticos.

Buena prueba de ello es el programa de prevención asistencial que desde años desarrolla el centro de salud urbano Mataró I, en Barcelona. Tras valorar la efectividad de la intervención educativa grupal en una muestra de 76 pacientes con diabetes tipo II y una media de cinco años de evolución de la enfermedad, los datos

obtenidos revelan que el 92 por ciento de los pacientes evaluados, presentaban alteraciones en la sensibilidad del pie, grietas, falta de hidratación, "y con ello un riesgo elevado de sufrir complicaciones podológicas graves en un futuro", ha dicho Montse Fernández, médico de familia y coordinadora del programa.

Además, a los 24 meses del seguimiento, casi el 60 por ciento de los pacientes mantenían los hábitos higiénicos recomendados, "lo que muestra que la intervención ayuda a prevenir las complicaciones".