

## NO DEPENDIENTE DE INSULINA Controlar la diabetes en casa, estresa

Dos investigaciones británicas cuestionan la utilidad de los autoanálisis

CRISTINA G. LUCIO

MADRID.- La creciente epidemia de nuevos casos de diabetes tipo 2 ha hecho que en los últimos tiempos se propongan nuevos métodos para controlar mejor la enfermedad y abaratar los costes sanitarios que conlleva. Uno de ellos es dejar en manos de los pacientes no dependientes de insulina (los que sólo se tratan con terapia farmacológica) el control de sus niveles de glucosa en sangre. A través de un medidor, el enfermo –que ha recibido instrucciones previas de su médico- puede comprobar su estado y, en función de los datos, ajustar su dieta y la cantidad de ejercicio que practica.

Para muchos, este sistema permite implicar directamente al paciente en el manejo de su enfermedad, reforzando la importancia de los hábitos saludables. Sin embargo, para otros expertos, este método no es el más adecuado. Dos trabajos publicados en el último número de la revista 'British Medical Journal' (BMJ) dan la razón a la segunda corriente de opinión. Según sus datos, quienes 'autocontrolan' sus niveles de glucosa **tienen más posibilidades de padecer estrés y depresión** que el resto de diabéticos.

El primero de estos estudios, dirigido por Maurice O'Kane, de la Universidad del Ulster, analizó una muestra de 184 pacientes menores de 70 años que recientemente habían sido diagnosticados como diabéticos tipo 2. Aproximadamente la mitad de los participantes recibió instrucciones para autocontrolar sus niveles de glucosa, mientras que el resto debía acudir regularmente al médico para evaluar su estado.

Durante un año, **los investigadores midieron cada tres meses la evolución de ambos grupos**, evaluando tanto el estado de la enfermedad, como el impacto de la diabetes en la vida de los pacientes.

Los resultados de la investigación pusieron de manifiesto que no había diferencias entre los grupos en cuanto a la efectividad del control de la glucosa o en el número de casos de hipoglucemia que se produjeron. Sin embargo, los participantes del grupo de 'autoevaluación' presentaban más problemas de depresión y ansiedad que el resto de sus compañeros.

"Este grupo se asociaba con una puntuación 6 puntos superior en una escala para medir la depresión. Y también con una tendencia a un aumento en la ansiedad, aunque la satisfacción con el tratamiento no se viera alterada", explican los autores en su trabajo.

Estos investigadores sugieren que este efecto negativo detectado podría deberse a que los pacientes **se ven sometidos a una disciplina** de autocontroles regulares, sin notar beneficios palpables a corto plazo.

### Distinto estudio, mismo resultado

En un análisis paralelo, otro equipo británico dirigido por Judit Simon (Universidad de Oxford), también detectó un aumento en los niveles de ansiedad y depresión entre los pacientes que medían personalmente sus niveles de glucosa en sangre.

Este trabajo, cuyo objetivo era evaluar la relación beneficio-precio de este método, analizó una muestra de 453 enfermos de diabetes tipo 2 que no necesitaban inyectarse insulina.

Sus resultados mostraron que la autoevaluación resulta a la larga más cara que los sistemas tradicionales de control.

"La autoevaluación en pacientes de diabetes tipo 2 que no dependientes de la insulina **no parece ser rentable** en cuanto a eficacia y costes, por lo que no debería recomendarse para el uso rutinario", afirman en su trabajo los investigadores, si bien reclaman más estudios que confirmen sus resultados.

En un editorial que acompaña a ambos trabajos en BMJ, Martin Gulliford señala que los resultados de este trabajo "añaden una perspectiva ética al debate que ya existía sobre los autoanálisis". Según explica este profesor de salud pública, hasta el momento sólo se había discutido sobre la relación de eficacia y precio de este método. "Estos nuevos estudios llaman la atención sobre sus **potenciales daños** [para la calidad de vida del paciente]", remarca este experto, que reclama más investigaciones al respecto.