



Día Mundial de la Diabetes, 14 de noviembre de 2011

Jornada “Prevención de la diabetes, una prioridad en salud pública”

Hospital La Princesa de Madrid (Salón de Actos)

LOS EXPERTOS DEFIENDEN EL PAPEL DE LOS EDUCADORES Y DE LA FAMILIA EN LA PREVENCIÓN DE LA DIABETES

- **Una enfermedad que junto con la obesidad se ha convertido en un problema creciente entre los más jóvenes**
- **La educación pasa por acompañar al afectado en el momento del diagnóstico y enseñarle a manejar el tratamiento farmacológico junto a otras pautas como son la alimentación y el ejercicio físico**
- **La diabetes se ha convertido en un modelo para otras enfermedades crónicas**

Madrid, 14 de noviembre de 2011.- Los expertos defienden el papel de los educadores y del entorno familiar en la prevención de la diabetes. Una enfermedad que junto con la obesidad se ha convertido en un problema creciente entre los más jóvenes. Así lo han manifestado los profesionales reunidos durante la Jornada **“Prevención de la diabetes, una prioridad en salud pública”**, que con motivo del Día Mundial de la Diabetes que hoy se celebra, ha organizado la Dirección General de Atención Primaria de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, a través de la Subdirección de Promoción y Prevención de la Salud, en colaboración con la Fundación para la Diabetes (FD).

Entre los objetivos de este encuentro está subrayar la importancia de la educación y de inculcar unos hábitos de vida saludables entre los niños y adolescentes para prevenir la obesidad y evitar así la aparición de diabetes y de otros factores de riesgo cardiovascular. La historia natural y los factores de riesgo de la diabetes tipo 2, la detección precoz y las indicaciones actuales del cribado, la prevalencia y las predicciones de futuro, así como su prevención, la importancia de la educación y los estilos de vida han sido algunos de los temas que se han abordado.

Tal y como afirmó el **doctor Luis Felipe Pallardo**, del Hospital Universitario La Paz de Madrid, *“la obesidad está directamente asociada a la diabetes y este incremento de peso en la población está condicionado sobre todo por dos factores: un mayor sedentarismo y una dieta inadecuada. Sabemos que la diabetes se desarrolla por la*

confluencia de factores genéticos y ambientales. Sobre los genéticos poco podemos hacer, pero sí es posible actuar sobre aspectos externos, como son la dieta y el ejercicio físico. Si ya desde la escuela y en el entorno familiar se cuidan estos hábitos, a la larga evitaremos muchas complicaciones”.

Lo importante es educar

En la diabetes es fundamental la labor que tienen los educadores, que en general hacen las veces de enfermeros especializados, pero también cada día es más importante que en todo ello participen los maestros y educadores sociales y, por supuesto, la familia.

Para **Esther Gil Zorzo**, presidenta de la Fundación Educatec, es un error hablar de educación en diabetes en general, ya que cada caso es distinto, y hay que tener en cuenta las características y circunstancias de cada paciente. *“La educación ha demostrado ser una herramienta absolutamente necesaria para la prevención de esta enfermedad y esto incluye acompañar a la persona con diabetes desde el mismo diagnóstico, enseñándole a manejar conjuntamente el tratamiento farmacológico con otras pautas como son la alimentación y el ejercicio físico, así como a controlar las complicaciones asociadas. La diabetes es una enfermedad que acompaña la vida de una persona, por lo que sus necesidades y dudas, que deben ser bien conocidas, van cambiando en función de su evolución, de los momentos vitales y de las circunstancias personales de cada paciente. Con la formación se trata de ver cuál es la mejor manera de encajar este proceso en la vida de esa persona”.*

Paciente informado, paciente responsable

Sin duda, paciente informado es sinónimo de paciente responsable, más implicado en el cuidado de su situación. *“Es innegable que conocer los factores de riesgo, pautas de control, tratamientos disponibles, etc tienen un efecto muy positivo a largo plazo. Asimismo, la diabetes es una enfermedad en la que el paciente debe cuidarse y tratarse así mismo, lo que no sucede en otras patologías”*, aseguró el doctor Pallardo.

En este sentido, Esther Gil añadió que la cronicidad obliga a la persona con diabetes a recorrer un camino muy largo, por lo que implica una gran dosis de constancia y ayuda mucho el recibir apoyo, tanto por parte de los profesionales sanitarios como de los familiares y del entorno más cercano. *“Cuanto mejor conoce uno el tratamiento y es capaz de adaptarlo a su día a día, menos impacto tendrá en su vida normal. Del tratamiento con insulina no limita tanto tener que inyectarse, como lo que se deriva del desconocimiento de cómo aplicarlo en el día a día”.*

La diabetes, un modelo para otras patologías crónicas

En los años 20, a raíz del descubrimiento de la insulina, surgieron en Estados Unidos los primeros educadores en diabetes. Desde ese mismo momento se advirtió la importancia que tenía que una enfermera acudiera al domicilio del paciente y le

enseñara a vivir con esa nueva condición. *“Esta tendencia”,* explicó la presidenta de la Fundación Educatec, *“ahora está teniendo mucha repercusión en el abordaje de otras patologías, que están aprendiendo de lo que ya se ha hecho en la diabetes. Se ha erigido en modelo de enfermedad crónica por excelencia. De hecho, nosotros en la Fundación ya no hablamos de educación en diabetes sino de educación en crónicos, ya que realmente cuando mencionamos diabetes tipo 2, nos referimos a personas que conviven con otras complicaciones como hipertensión, dislipemias, obesidad, etc. La prioridad por tanto es enseñarles a manejar conjuntamente todas esas patologías adicionales”.*

Necesidades y retos

En cuanto a los retos en el control de este problema de salud, el doctor Pallardo hizo hincapié en el diagnóstico precoz y en el valor de las estrategias no farmacológicas a través del cambio en los estilos de vida y en la lucha frente a la obesidad. *“Por supuesto, debemos seguir dedicando esfuerzos a la investigación de nuevas terapias, e insistir en hacer revisiones periódicas a las personas de alto riesgo, porque interviniendo precozmente se puede evitar que la diabetes mellitus se convierta en un verdadero drama para muchas personas”,* concluyó.

*** Para más información. Gabinete de prensa de la Fundación para la Diabetes.
Isabel Chacón/ Mónica Llorente. 91 787 03 00**

Visita la sala de prensa de la Fundación para la Diabetes en:
<http://www.fundaciondiabetes.org/saladeprensa>