

# La Fundación para la Diabetes apuesta por potenciar la figura del “paciente activo” para mejorar el control de la diabetes

- El modelo tradicional cuyo objetivo se ha centrado sólo en el control de la enfermedad, debe dar paso a un paciente con diabetes activo, responsable, informado y formado
- Los objetivos fijados por el profesional sanitario para la gestión correcta de la diabetes deben ser concretos, alcanzables y acotados en el tiempo

**Madrid, 14 de junio de 2016.**- Controlar adecuadamente la diabetes no debe ser un reto en exclusiva del equipo sanitario, sino que se ha comprobado que involucrar al paciente en la toma de decisiones sobre su enfermedad, así como formarle adecuadamente y apoyarle a diseñar y reflexionar sobre los objetivos que debe cumplir, ayuda a un mejor control y autogestión de su diabetes.

Ante estas evidencias, la Fundación para la Diabetes apuesta por potenciar la figura del paciente activo en la gestión de su enfermedad. El modelo tradicional cuyo objetivo se ha centrado sólo en el control de la enfermedad, debe dar paso a un paciente activo, responsable, informado y formado para que pueda saber cómo gestionar su diabetes y tomar decisiones concretas en situaciones puntuales.

Iñaki Lorente, asesor en el área de Psicología de la Fundación para la Diabetes, destaca la importancia de que los profesionales sanitarios puedan dedicar tiempo a diseñar y perfilar estrategias individualizadas para cada paciente para ayudarle a conseguir sus metas y mejorar su calidad de vida. “La dirección a seguir con cada paciente depende de lo que éste quiera o se sienta capaz de hacer. Teniendo esto claro, podemos estimular su motivación, darle las herramientas necesarias para que pueda alcanzar sus objetivos, hacerle ver en qué áreas necesita trabajar o comprobar qué percepción tiene de su propio autocuidado”, apunta el experto.

## Estrategias visuales y positivas

Con el fin de conseguir que el paciente con diabetes tome más conciencia de su papel protagonista en el seguimiento de su enfermedad, se hace necesario que las estrategias que plantea el profesional sanitario sean visuales y que permitan reflexionar al paciente, así como hacer que el objetivo que se quiera conseguir pueda ser evaluable.

Tal y como apunta el asesor en el área de Psicología de la Fundación para la Diabetes, “tenemos que lograr que los objetivos que marquemos sean específicos, medibles y alcanzables. No es lo mismo decir que es necesario salir más a andar o adelgazar, que invitar al paciente a andar al menos una hora tres días por semana o adelgazar dos kilos en un mes. Sin duda, marcar metas específicas ayuda a cumplirlas”.

Por otro lado, el hecho de positivizar las acciones también ayuda a incrementar las tasas de cumplimiento. "Tenemos que hablar de hitos a alcanzar, no de hábitos que se deban abandonar. Así, en vez de prohibir comer tarta en el postre, el resultado se incrementa si reformulamos el objetivo diciendo que hay que comer fruta en el postre", explica Iñaki Lorente.

Por este motivo, concluye el asesor de la Fundación para la Diabetes, "tanto en los objetivos que el profesional sanitario tenga con sus pacientes, como los que los pacientes tengan consigo mismos, es imprescindible concienciar de que lo importante son los resultados y si no le satisfacen se debe rectificar para cumplirlos, pero que el único fracaso es el abandono".

#### Acerca de la Fundación para la Diabetes

La Fundación para la Diabetes es una entidad que apuesta por un estilo de vida saludable y pone a disposición de la población las herramientas necesarias para prevenir la diabetes y sus complicaciones asociadas, así como para llevar un buen control de la diabetes. Actúa enérgicamente para crear una conciencia social y un amplio conocimiento de la enfermedad y trabaja por la integración de las personas con diabetes en todos los ámbitos de la vida.

La web de la Fundación para la Diabetes cuenta con un canal de prensa dirigido a periodistas interesados, donde podrán encontrar información y un completo archivo de recursos gráficos relacionados con la enfermedad. <http://www.fundaciondiabetes.org/prensa>

#### Más información:

[www.fundaciondiabetes.org](http://www.fundaciondiabetes.org)  
[info@fundaciondiabetes.org](mailto:info@fundaciondiabetes.org)  
Tel. 913601640

#### Síguenos en:

Facebook: <http://www.facebook.com/fundacionparaladiabetes>  
Twitter: @fundidiabetes

#### Contacto de prensa:

Torres y Carrera.  
Teresa del Pozo | Ángela Rubio  
[tdelpozo@torresycarrera.com](mailto:tdelpozo@torresycarrera.com) | [arubio@torresycarrera.com](mailto:arubio@torresycarrera.com)  
Tel. 91 590 14 37 | 661672019