

## Educación terapéutica en personas con diabetes

(Artículo publicado en el Levante-EMV el 16 de octubre de 2016)

---



*Juan Carlos Castellá Almiñana*

*Educador en Diabetes del hospital Francesc de Borja de Gandia.*

La incidencia de la diabetes en la población no ha dejado de aumentar en las últimas décadas (en Europa son ya 55 millones de personas y se estima que en el año 2030 la cifra ascenderá a 66 millones; en España son 8 millones de personas, un 14% de la población, y en concreto en esta zona de salud, unas 26.000 personas) y lo seguirá haciendo especialmente en países emergentes, de modo que puede hablarse con propiedad de una auténtica pandemia de proporciones alarmantes que convierte a esta enfermedad en un problema sanitario de primera magnitud.

El hecho de tratarse de una enfermedad crónica que puede - y debería- ser controlada por la propia persona, pone de relieve la importancia de las acciones y programas educativos dirigidos a las personas afectas, a su entorno y a la población en general.

La Educación Diabetológica Terapéutica en diabetes intenta transferir gradualmente la responsabilidad de la atención de la diabetes a la persona afecta, proceso que recibe el nombre de 'empowerment', y que básicamente constituye en darle la información, formación y las habilidades necesarias para que se convierta en su propio gestor comprometiéndose plenamente en el proceso terapéutico.

La Educación Diabetológica Terapéutica es valorada y reconocida por la OMS desde 1998 y señala que tiene por objetivo "formar a los pacientes en la autogestión, en la adaptación del tratamiento a su propia enfermedad crónica, y a permitirle realizar su vida cotidiana". Asimismo, "contribuye a reducir los costes de la atención sanitaria de larga duración para los pacientes y la sociedad".

Es un proceso integral, continuo y sistemático, dirigido a ayudar a las personas y a sus familias y así cooperar con los profesionales que les prestan sus servicios, en la mejoría de la calidad de vida. No es un añadido al tratamiento, es parte del mismo y aporta valor a toda la terapia.

Es un método basado en habilidades que se centra en ayudar a las personas con diabetes que tomen decisiones informadas para su autoasistencia. Tiene un enfoque más centrado en el paciente y ubica a la persona con diabetes y a su familia en el centro del modelo de atención, trabajando en colaboración con los profesionales de la salud.

La Educación Diabetológica es respetuosa, sensible a las preferencias, necesidades y valores individuales de los pacientes y garantiza que todas las decisiones estén orientadas por los valores del paciente.

Diversos estudios han encontrado que la Educación Terapéutica en diabetes, se asocia con un mejor conocimiento de la enfermedad, mejor autocontrol, mejoría importante de los parámetros metabólicos como los niveles de azúcar y las cifras de hemoglobina glicosilada (conocida como Hba1c y que sirve para medir el control de la glucemia medio plazo), mayor adelgazamiento en los pacientes con sobrepeso comunicado por los propios pacientes, mejor calidad de vida, más manejo de la salud y costes más bajos.

Además, incluye apoyo de seguimiento en el autocuidado de la diabetes, es apropiado para la cultura y la edad de los pacientes, se adapta a sus necesidades y preferencias, trata aspectos psicosociales e incorpora estrategias de comportamiento, y esto debe orientar las decisiones clínicas, tanto individuales como grupales.