



## CARTAS AL DIRECTOR

### Ejercicio y diabetes mellitus tipo 2

#### Exercise and Type 2 Diabetes Mellitus

*Sr. Director:*

El trabajo de Ariza et al.<sup>1</sup> publicado en la revista ATENCIÓN PRIMARIA es producto de una iniciativa de la Sociedad de Diabéticos de Cartagena y su comarca (SODICAR) que en 2006 se propuso establecer el ejercicio físico como parte de la prescripción activa que las personas con diabetes mellitus tipo 2 (DM2) reciben de los médicos de familia, y no como una mera recomendación pasiva, como habitualmente sucede.

A tal fin, SODICAR diseñó el Proyecto «Ejercicio y DM2» que intentaba implicar a los profesionales de un centro de salud (CS) para que enviaran a sus pacientes con DM2 a realizar ejercicio de forma reglada y gratuita, y posteriormente comparar su evolución con otro grupo de pacientes sin ejercicio. Para llevar a cabo esta actividad, SODICAR presentó el proyecto a las otras 2 partes implicadas (Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Cartagena y un CS del Área de Cartagena, finalmente el de Barrio Peral); aportó la Memoria inicial del mismo y la bibliografía que sustentó su elaboración y la petición de subvenciones por parte del CS; financió los folletos de Educación Diabetológica (ED) que se repartieron en el CS entre los participantes del programa; aportó su nutricionista (M.<sup>a</sup> José Otón Aparicio) para las sesiones de ED en el CS y sufragó sus honorarios; reservó plazas y horario para los pacientes del CS en el Pabellón Municipal; contrató los servicios de una Licenciada en Educación Física (Ingrid Armada Albaladejo) para la realización de las sesiones de ejercicio; reembolsó el importe del seguro de accidentes exigido por el comité de ética para la realización de un estudio comparativo con pacientes; supervisó el desarrollo de las sesiones de ejercicio; y coordinó el esfuerzo de las 3 partes implicadas en el proyecto para que éste pudiera salir adelante.

Durante las múltiples reuniones preparatorias, se estableció que las 3 partes implicadas en el desarrollo del proyecto debían tener conocimiento de las comunicaciones y publicaciones que sobre el mismo se hicieran y debía

reconocerse en ellas, mediante nota redactada al efecto, la participación y contribución de SODICAR y el Pabellón Deportivo Municipal. De ahí nuestra sorpresa al ver publicado este trabajo sin respetar las más elementales normas de cortesía y sin atender las normas de publicación (autoría y agradecimientos).

De ninguna manera y en ningún momento SODICAR ha renunciado a la autoría del Proyecto «Ejercicio y DM2» y, como tal, sigue desarrollando el mismo en colaboración con otros CS y otros pabellones deportivos municipales. Nuestra intención es promover la práctica del ejercicio para mejorar la evolución de la DM2 y otros factores de riesgo cardiovascular frecuentemente asociados (HTA, dislipidemia, obesidad, etc.), y tratar de cuantificar esa mejoría no solo en los parámetros biológicos y antropométricos habituales, sino también en la calidad de vida relacionada con la salud, el estado funcional de los pacientes y en la disminución del gasto farmacéutico. Pero sobre todo, pretendemos que el ejercicio se incorpore efectivamente al arsenal terapéutico que el médico tiene a su disposición.

Por último, sirva este proyecto como testigo de la voluntad de los propios pacientes de involucrarse activamente en su cuidado a través de su participación en asociaciones que de forma lenta e irregular pero también inexorable influirán en nuestra forma de ejercer la medicina en los próximos años.

### Bibliografía

1. Ariza Copado C, Gavara Palomar V, Muñoz Ureña A, Agüera Mengual F, Soto Martínez M, Lorca Serrallta JR. Mejora en el control de los diabéticos tipo 2 tras una intervención conjunta: educación diabetológica y ejercicio físico. *Aten Primaria*. 2011;43 (8):398–406.

Javier González Pérez

*Asesoría médica, Sociedad de Diabéticos de Cartagena y su comarca, Cartagena, Murcia, España*  
 Correo electrónico: [javigonper@telefonica.net](mailto:javigonper@telefonica.net)

doi:[10.1016/j.aprim.2011.10.006](https://doi.org/10.1016/j.aprim.2011.10.006)