



# Avances en Diabetología



## P-037. - CIRCUITO DE ACTIVIDADES EN EL DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES EN UN CENTRO DE SALUD URBANO

*M.S. Santander Gutiérrez, M.J. Clemente del Castillo, L. Cámara González, E. Pulido López, E. López Benito y S. de la Iglesia Moreno*

*Centro de Salud Doctor Cirajas. Madrid.*

### Resumen

**Objetivos:** Identificar a la población de riesgo de padecer diabetes mellitus. Adquirir hábitos saludables para aumentar el nivel de salud.

**Material y métodos:** Durante la semana del 10 al 14 de noviembre del 2014 se llevaron a cabo diferentes actividades en nuestro Centro de Salud: Charla sobre alimentación saludable en el centro cultural del barrio, cuyo objetivo era destacar una alimentación saludable en fechas navideñas. Marcha saludable con pacientes de riesgo alto (15-20 puntos) y de riesgo muy alto (más de 20 puntos) realizando una glucemia pre y post marcha y una merienda saludable para demostrar el beneficio del ejercicio en el control metabólico. Mesa informativa para realizar el test de Findrisk a todas las personas que de forma voluntaria querían conocer su riesgo de desarrollo de diabetes.

**Resultados:** El número de asistentes a la charla fue de 62 personas, quienes colaboraron y participaron de manera activa en la sesión. En la marcha saludable participaron 17 personas que fueron acompañadas durante todo el recorrido por enfermeras del centro. El número de personas a las que se le realizó el test de Findrisk en la mesa informativa fue de 88 personas, de las cuales 57 fueron mujeres (64,77% con una media de edad de 56,66 años) y 31 hombres (35,22% con una media de edad de 43,40 años). Los resultados se muestran en la tabla. Se establecieron estrategias para identificar en la historia de los pacientes el riesgo identificado a través de un flash informativo, así como una intervención individual para reforzar hábitos saludables o modificar conductas de riesgo.

	Mujeres (57)	Hombres (31)
Riesgo bajo	17,05% (15 personas)	9,09% (8 personas)
Riesgo ligeramente elevado	28,41% (25 personas)	13,64% (12 personas)
Riesgo moderado	7,95% (7 personas)	3,41% (3 personas)

Riesgo alto	5,68% (5 personas)	7,95% (7 personas)
Riesgo muy alto	5,68% (5 personas)	1,14% (1 personas)

**Conclusiones:** Desde que esta actividad se lleva desarrollando en el centro ha habido un incremento importante en la participación de los usuarios así como una demanda de información. El interés mostrado por estas actividades ha sido constatado a nivel individual en las consultas de enfermería. Estas intervenciones han servido tanto para que el usuario aprenda hábitos saludables como para que el trabajo de enfermería adquiera visibilidad.