



# Endocrinología, Diabetes y Nutrición



## P-163 - DEPRESIÓN EN PERSONAS CON DIABETES TIPO 1: UNA NUEVA ALTERNATIVA TERAPÉUTICA BASADA EN LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC)

M. Carreira<sup>a</sup>, M.S. Ruiz de Adana<sup>b</sup>, J.L. Pinzón<sup>c</sup>, S. Valdés<sup>b</sup>, M.J. Picón<sup>c</sup>, J. García-Alemán<sup>c</sup> y M.T. Anarte<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA), Universidad de Málaga, Málaga. <sup>b</sup>Unidad de Gestión Clínica de Endocrinología y Nutrición, Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA), Hospital Regional Universitario, Universidad de Málaga, Málaga. <sup>c</sup>Unidad de Gestión Clínica de Endocrinología y Nutrición, Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA), Hospital Universitario Virgen de la Victoria, Universidad de Málaga, Málaga.

### Resumen

**Introducción:** Las personas con diabetes tienen un mayor riesgo de presentar depresión que la población general, teniendo graves implicaciones para su salud física y mental y el cuidado de la diabetes. A pesar de esto, existen escasos tratamientos específicos para esta población.

**Objetivos:** El objetivo de este estudio es diseñar y crear un programa telemático específico para el tratamiento de personas con diabetes tipo 1 y síntomas depresivos leves-moderados.

**Material y métodos:** El programa desarrollado está basado en la aplicación de las nuevas tecnologías en la intervención terapéutica de pacientes, resultando una aplicación telemática para el tratamiento específico de personas con diabetes tipo 1 mayores de 18 años y síntomas depresivos leves-moderados.

**Resultados:** La nueva web para el tratamiento de depresión en personas con diabetes tipo 1 consta de nueve sesiones basadas en la terapia cognitivo-conductual, con una duración de 20-30 minutos cada una y periodicidad semanal. Estructura de las sesiones: Introducción, exposición teórica del tema a tratar, ejemplos, bibliografía complementaria y tarea para realizar. Proceso: para el avance en las sesiones se requiere que la tarea que realiza la persona sea evaluada positivamente, ya que si es evaluada negativamente la aplicación le remitirá a la sesión realizada hasta que sea evaluada positivamente, pues el objetivo de dicha tarea es que el sujeto asimile los conceptos y los aplique a su situación particular.

**Conclusiones:** Se ha obtenido una nueva herramienta terapéutica específica para el tratamiento de los síntomas depresivos en personas con diabetes tipo 1, ofreciendo a los usuarios las ventajas (flexibilidad horaria, comodidad, evita desplazamientos, etc.) que ofrecen los tratamientos telemáticos. Futuros estudios tendrán por objeto analizar su efectividad.