



## P-082 - IMPACTO DE ACTIVIDADES EDUCATIVAS BASADAS EN GAMIFICACIÓN EN ADOLESCENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 1

Z. Marzan Usandizaga<sup>a</sup>, A. Bujanda Sainz de Murieta<sup>b</sup> y A. Lekuona Irigoyen<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Asociación Guipuzcoana de Diabéticos, Donostia-San Sebastián. <sup>b</sup>Asociación Navarra de Diabetes, Pamplona. <sup>c</sup>Osi Araba, Vitoria-Gasteiz.

### Resumen

**Objetivos:** General: mejorar y afianzar los conocimientos sobre diabetes en adolescentes de entre 12-14 años para fomentar la autonomía en el manejo de su enfermedad. Específicos: adquirir conocimientos básicos sobre los autocuidados en diabetes: técnica glucemia, administración insulina, tratamiento hipoglucemias e hiperglucemias. Adquirir conocimientos avanzados en el manejo de la diabetes. Infusores, factor de sensibilidad, ratio, cálculo raciones e insulina. Alimentación, índice glucémico, identificación productos saludables, lectura etiquetado. App.

**Material y métodos:** En primer lugar, se realizó un test con los apartados de diabetes general, complicaciones agudas, deporte, alimentación y raciones, etiquetado e insulinas para valorar los conocimientos previos de los/as 21 adolescentes que participaron en el campamento de verano organizado por la Asociación Navarra de Diabetes. A continuación y para la adquisición de conocimientos, se realizaron 4 actividades principales: Juego Diabeto: consiste en ayudar a “Gluko” a desenvolverse en las situaciones cotidianas. Se formaron 6 grupos de 3-4 personas cada uno. Se realizaron 4 estaciones con diferentes pruebas relacionadas con la diabetes: glucemias, inyección de insulina, hipoglucemias y alimentación. Compra merienda: se les indicó las características que debía cumplir el alimento, tenían que encontrar algún producto para merendar que cumpliera esos requisitos. Taller etiquetado: se analizó el etiquetado de los productos que habían comprado identificando su composición y calculando las raciones del mismo. App móvil: se les enseñó cómo calcular las raciones mediante la App “calculadora HC”. Realizaron los mismos ejercicios que en la actividad anterior comprobando si coincidían. Al finalizar el campamento, se cumplimentó el mismo test realizado el primer día para medir los conocimientos adquiridos. También se les preguntó sobre la satisfacción del juego mediante emoticonos.

**Resultados:** Se utilizó el estadístico no paramétrico de Wilcoxon mostrando que todos/as los/as participantes ( $n = 21$ ) han mejorado su nivel de conocimientos, siendo estadísticamente significativo en el bloque de etiquetado ( $p = 0,005$ ) y en el de alimentación y raciones ( $p = 0,04$ ). El nivel de satisfacción general de los/as participantes con la metodología utilizada fue alto. Destacó el Juego Diabeto y la App móvil, en los dos apartados un 85,7% de los/as adolescentes expresaron su valoración positiva y en el caso de la compra de la merienda, fue positiva para el 76,2%.

**Conclusiones:** Los conocimientos sobre diabetes han aumentado, sobre todo en lo relacionado con la alimentación, raciones y etiquetado. Los/as participantes han valorado positivamente la realización de actividades que les puedan ser útiles en su vida diaria, por ejemplo en la compra. Como propuesta de mejora, en próximos campamentos se propondrán cuestionarios basados en gamificación para optimizar la forma de

evaluación. Sería necesaria una muestra mayor para conseguir más resultados estadísticamente significativos.