



## P-160 - RESULTADOS EN SALUD MEDIANTE EL USO DE LA APP CONTOUR DIABETES PARA LA AUTOGESTIÓN DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2

M.J. Santos Cotán, J.C. Palomo Lara y M. Cabeza Reina

C.S. San Jerónimo, Sevilla.

### Resumen

**Introducción:** Con el uso de tecnología móvil (5.000 millones de usuarios en 2017) en la última década se ha acuñado el término mHealth para referirse al uso de dispositivos móviles en el cuidado de la salud, tanto para profesionales como para pacientes. Según el IMS Health Institute, una de las mayores instituciones de evaluación tecnológica en salud, el número de aplicaciones móviles dedicadas a la salud supera en estos momentos las 165.000. Como profesionales nos enfrentamos al reto de ofrecer a los pacientes, aplicaciones fiables para el autocontrol de determinados problemas de salud.

**Objetivos:** Determinar si el uso de una APP para el control de la diabetes mejora el control glucémico capilar en diabéticos tipo II con prescripción de insulina basal.

**Material y métodos:** En nuestro centro de Atención Primaria, contamos en el proceso diabetes 961 usuarios: 491 hombres y 470 mujeres. En julio de 2018 creamos dos grupos, experimental y control, de 3 pacientes cada uno que aceptan participar en nuestro estudio mediante consentimiento informado (CI). La inclusión se realiza mediante la aleatorización de los sujetos y el seguimiento es de un año. Criterios de inclusión: DM II con prescripción de insulina basal y en seguimiento por enfermería; Capacidad demostrada para el manejo de un glucómetro para su autocontrol; Edad: 45-75 años. La intervención experimental consiste en el uso de la APP Contour Diabetes® (con distintivo APP saludable de la Junta de Andalucía) y el glucómetro CONTOUR®NEXT ONE. Con seguimiento de las recomendaciones (Smart alerts) que ésta hace según glucemia capilar. El glucómetro indica mediante colores si la glucemia es adecuada, elevada o inferior a lo normal, interroga al paciente sobre sus actuaciones y da recomendaciones en función de la glucemia capilar. Los pacientes del grupo control siguen con el glucómetro que venían utilizando. A los pacientes de ambos grupos se les determina la glucemia capilar en ayunas al inicio del estudio para su posterior comparación. El seguimiento anual. En consulta se comprueban los perfiles glucémicos realizados y se realizan las intervenciones enfermeras habituales en el seguimiento de la diabetes.

**Resultados:** Se presentan en la tabla.

Reducción de glucemias en el experimental en la primera visita a 6 meses

Inicial	1ª visita	Media inicial	Media 1ª visita	Desviación estándar inicial	Desviación estándar 1ª visita
---------	-----------	---------------	-----------------	-----------------------------	-------------------------------

	145	127	146,66	125	14,57	5,77
Grupo experimental	162	119				
	133	129				
	168	172	173	182,33	23,89	28,91
Grupo control	152	160				
	199	215				

**Conclusiones:** Con resultados preliminares, el uso de ésta APP sirve de apoyo en las decisiones que toman los pacientes, refuerzan las recomendaciones que indican las enfermeras en consulta y facilitan un mejor control y automejor de la diabetes.