



Endocrinología, Diabetes y Nutrición



P-154 - EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA GRUPAL EN TORNO AL CONTAJE DE HIDRATOS DE CARBONO DIRIGIDA A PERSONAS CON DIABETES TIPO 1

S. Rodríguez Rodríguez, N. Alonso-Carril, M. Ramos Fortes, A.B. Berrocal Casado, V. Perea Castilla, M.J. Barahona Constanzo y C. Quirós López

Hospital Mutua de Terrassa, Terrassa, España.

Resumen

Objetivos: El conteo de hidratos de carbono (HHCC) es esencial en el tratamiento de la diabetes tipo 1 (DT1): mejora el control metabólico y flexibiliza la alimentación; sin embargo, es complejo, por lo que la mayoría de personas con DT1 no lo hace habitualmente. La educación terapéutica grupal ha demostrado beneficios en cuanto a la motivación de la persona con diabetes, lo cual determina el grado de adherencia terapéutica en una patología crónica. Además, permite optimizar los recursos sanitarios en cuanto a tiempo-efectividad. Por ello, en este trabajo evaluamos la efectividad de una intervención educativa grupal acerca del conteo HHCC dirigida a personas con DT1.

Material y métodos: Estudio observacional prospectivo en el que se incluyeron las personas con DT1 que realizaron una intervención grupal acerca del conteo de HHCC entre julio de 2019 y noviembre de 2022 en nuestro centro. La intervención constaba de una sesión presencial o virtual de 90 minutos de duración. Se recogieron los siguientes datos: HbA1c; preocupación por las hipoglucemias (subescala HSF-II) y un cuestionario creado *ad hoc* en nuestro centro que evalúa conocimientos, actitudes y habilidades respecto al conteo de HHCC antes, a los 3 y a los 12 meses tras la sesión.

Resultados: Se incluyeron 106 personas con DT1 de $43,9 \pm 11,9$ años y $22 \pm 11,8$ años de evolución. Un 73,8% recibieron intervención presencial y el resto telemática. La HbA1c inicial fue $7,7 \pm 1,0\%$, mejorando a los 3 meses ($7,46 \pm 1,0$; $p = 0,010$) pero no significativamente a los 12 meses ($7,53 \pm 1,0\%$; $p = 0,10$). Se observó una mejoría en los conocimientos y habilidades en el conteo de HHCC a los 3 y 12 meses, así como de la autopercepción de la capacidad de conteo por parte de la persona con DT1 (tabla). La valoración de la utilidad del conteo no mejoró de forma significativa tras la intervención, probablemente debido a que ya era elevada inicialmente (8,5/10). No se objetivó disminución en la preocupación por la hipoglucemia a los 3 meses ($15,1 \pm 7,7$ vs. $15,7 \pm 8,2$; $p = 0,55$) pero sí a los 12 ($15,1 \pm 7,7$ vs. $12,9 \pm 5,1$; $p = 0,05$).

Resultados del cuestionario de conocimientos, actitudes y habilidades respecto al conteo de HHCC

Ítem	Basal	3 meses	12 meses
------	-------	---------	----------

¿Cuán capaz te sientes de contar raciones de HHCC?	5,3 ± 2,5	7,1 ± 1,6*	7,7 ± 2,2*
¿Cuán útil encuentras contar raciones de HHCC?	8,5 ± 2,2	8,9 ± 1,6	8,7 ± 1,9
¿Cuentas raciones de HHCC?	58,8%	90,1%*	87,0%*
Habilidad para realizar contaje de CCHH	3,9 ± 1,9	4,9 ± 2,0*	5,9 ± 1,8*

*p 0,05.

Conclusiones: Una intervención educativa grupal sobre contaje de HHCC mejora la capacidad, real y percibida, de las personas que la reciben. A pesar de no mejorar de forma significativa los niveles de HbA1c, disminuye la preocupación por la hipoglucemia.