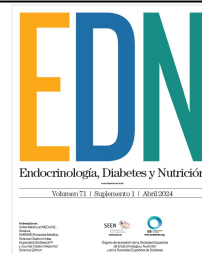




# Endocrinología, Diabetes y Nutrición



## P-156 - EDUCACIÓN DIABETOLÓGICA: LA BASE DE TODO

A.M. Cobos Ruz

Hospital Universitario de Toledo, Toledo, España.

### Resumen

**Introducción:** La educación diabetológica supone una parte fundamental del tratamiento de personas con diabetes, siendo la medida terapéutica que mayor impacto tiene en la reducción de complicaciones y comorbilidades asociadas a la enfermedad. Una buena relación entre paciente y enfermería es esencial para conseguir una atención más eficiente y una mejora en su calidad de vida.

**Caso clínico:** Hombre de 51 años con antecedentes de diabetes mellitus tipo 2, obesidad grado 3, hipertensión arterial, dislipemia, hiperuricemia y espondilitis anquilosante. Su tratamiento habitual consistía en: Insulina glargina U300 48 UI al día; canagliflozina/metformina 150/850 mg cada 12 horas; repaglinida 2 mg antes de desayuno, comida y cena; semaglutida 1 mg semanal; rosuvastatina/ezetimiba 20/10 mg cada 24 horas. Es remitido a endocrinología por mal control metabólico crónico. Refería aumento de peso de forma progresiva, sedentarismo y mala adherencia a tratamiento pautado. Antropometría: peso 145 kg, talla 175 cm, IMC 47,3, perímetro abdominal 138 cm. En las pruebas complementarias realizadas destacaba: glucosa 315 mg/dL, HbA<sub>1c</sub> 10,8%, colesterol-HDL 27 mg/dL, colesterol-LDL 82 mg/dL, triglicéridos 566 mg/dL, GOT 59 U/L, GPT 93 U/L, GGT 72 U/L. Tras ser valorado en consulta médica, el paciente es derivado a consulta de enfermería para educación diabetológica completa y seguimiento estrecho, mostrándose al inicio poco receptivo a los cambios. Se explican los objetivos propuestos, que incluyen hábitos de vida saludables, nutrición y dieta, y ejercicio físico. Se repasan los nuevos tratamientos y sus pautas con el fin de que el paciente sea capaz de asumir el control diario de su enfermedad y pueda integrarlo en su vida cotidiana. Tras un año de seguimiento en la consulta de enfermería, el paciente cumple con las recomendaciones de dieta y realiza ejercicio diario. Como consecuencia se produce una mejoría significativa de su estado de salud, pérdida de 36 kg de peso y 28 cm de perímetro abdominal, alcanzando un control óptimo de su enfermedad. En cuanto a los cambios analíticos quedan reflejados en la tabla.

| Analítica   | Glucosa   | HbA1c | Triglicéridos | GOT    | GPT    | GGT    |
|-------------|-----------|-------|---------------|--------|--------|--------|
| Agosto 2022 | 315 mg/dl | 10,8% | 566 mg/dl     | 59 U/L | 93 U/L | 72 U/L |
| Julio 2023  | 96 mg/dl  | 5,3%  | 241 mg/dl     | 24 U/L | 30 U/L | 34 U/L |

**Conclusiones:** La educación diabetológica es imprescindible para mejorar la adherencia al tratamiento, evitar complicaciones y conseguir que los pacientes con diabetes conozcan su enfermedad y sepan cómo afrontarla.

Debe ser un aprendizaje gradual, con retos y objetivos a corto plazo que potencien el autocuidado y la autonomía del paciente.