



P-056 - INTEGRACIÓN DE LA MONITORIZACIÓN CONTINUA DE LA GLUCOSA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA GESTIÓN DE LA DIABETES TIPO 2: UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

I. Esteban García

Hospital Virgen de Las Nieves, Granada, España.

Resumen

Introducción y objetivos: Esta revisión bibliográfica tiene como objetivo principal evaluar la interacción entre la monitorización continua de la glucosa (MCG) y la actividad física (AF) en el manejo de la diabetes tipo 2 (DM2), centrándose específicamente en la variabilidad glucémica (VG). Se busca proporcionar recomendaciones sólidas basadas en la literatura existente para guiar la integración efectiva de la MCG en la rutina diaria de las personas con DM2, considerando los posibles beneficios de la AF. El riesgo de sesgo se evaluó utilizando la herramienta Cochrane ROB v2.0.

Material y métodos: Se realizó una búsqueda sistemática en las bases de datos MEDLINE y Embase para identificar estudios relevantes que abordaran los aspectos de DM2, AF y MCG. De los 1.825 artículos identificados, se seleccionaron diez ensayos controlados aleatorios (ECA) que cumplían con los criterios de inclusión. La revisión se centró en la extracción y síntesis cualitativa de variables relacionadas con las características de la población, las intervenciones de AF y los resultados de VG.

Resultados: La revisión reveló que la combinación de AF y MCG puede tener efectos positivos en la VG de pacientes con DM2. Se observaron reducciones numéricas en la VG después de sesiones únicas de ejercicio, con varios ECA alcanzando significancia estadística. Asimismo, se destacaron reducciones numéricas de la VG después de intervenciones de entrenamiento, siendo significativas en un ECA. Estas mejoras en la VG fueron consistentes, independientes de la intensidad de la AF y la progresión de la DM2. Sin embargo, se señaló la limitación de la evidencia existente, con un 80% de los ECA evaluados presentando riesgo de sesgo incierto o alto.

Conclusiones: La revisión bibliográfica sugiere que la combinación de MCG y AF puede ser beneficiosa en el manejo de la DM2, con mejoras en la VG. Aunque se observaron reducciones numéricas, la calidad limitada y sesgada de la evidencia resalta la necesidad de futuros estudios bien diseñados y con bajo riesgo de sesgo para confirmar de manera más concluyente los efectos positivos de la AF en la VG y para explorar factores adicionales que puedan influir en estos resultados.