



## P-150 - PRESENTACIÓN DE C4D, EXTRACTO DEL PROTOCOLO DE ESTUDIO Y PRIMEROS DATOS GLOBALES DE LOS 6 PRIMEROS MESES DEL CONSORCIO ESPAÑOL

I. Diez Valcarce<sup>a</sup>, M. Pisano González<sup>a</sup>, R. Rodríguez Acuña<sup>b</sup>, E. García Alonso<sup>c</sup>, N. Montoya Calzada<sup>d</sup>, B. Cimadevila Álvarez<sup>e</sup> y C. Fernández García<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Consejería de Salud del Principado de Asturias, Oviedo, España. <sup>b</sup>Fundación Progreso y Salud, Sevilla, España. <sup>c</sup>FUNDESALUD, Mérida, España. <sup>d</sup>IDIVAL, Santander, España. <sup>e</sup>SERGAS, La Coruña, España.

### Resumen

**Introducción y objetivos:** CARE4DIABETES (C4D) es un proyecto europeo dirigido a reducir la carga de la diabetes tipo 2 (DT2) y sus factores de riesgo relacionados a nivel individual y social, mediante la implementación de una buena práctica (BP) en estilos de vida “Reverse Diabetes 2 Now (RD2N)”, desarrollado por Voeding Lefte en los Países Bajos. 22 regiones de 12 países europeos implementan el programa RD2N para evaluar su viabilidad y eficacia en diferentes contextos desde 2023 al 2026. Asturias coordina el proyecto. C4D es un estudio cuasiexperimental (pre-post) no aleatorizado. El objetivo principal es mejorar el estilo y calidad de vida, y secundariamente la disminución del peso, perímetro abdominal y mejora del control metabólico. La BP aborda cuatro componentes del estilo de vida (sueño, relajación, actividad física y alimentación). Un grupo multidisciplinar (medicina, enfermería, nutricionista y *coach*), aplica el programa estructurado (RD2N), con dos modalidades: presencial y *online*.

**Material y métodos:** El alcance final del proyecto es de 860 participantes en dos rondas. En España, seis regiones españolas participan: Andalucía (40), Aragón (20), Cantabria (40), Extremadura (40), Galicia (40) y Asturias (100). Criterios de elegibilidad: 20-80 años de edad, DT2 con tratamiento farmacológico, duración de DMT2 entre 1 y 15 años, IMC 25-40, no severas comorbilidades, alta motivación al cambio. El análisis global final se hará aplicando la Teoría de Cambio como marco teórico. Se evaluaron medidas antropométricas, analíticas y glucometrías convenientes. El proyecto ha sido aprobado por el Comité de Ética de la Investigación del Principado de Asturias el 11-10-2023. C4D es un proyecto financiado por la Unión Europea, GA: 101082427.

**Resultados:** Los resultados muestran el impacto obtenido a los 6 meses de intervención. El tamaño muestral de la primera ronda es de 92 participantes: 73 (79,3%) han recibido una intervención presencial y 19 (20,7%) *online*: 53,3% hombres, 46,7% mujeres. La media de edad de los participantes es de 60 años (DE 9,24). Resultados estadísticamente significativos: Pérdida media de 3,54 kilos (t1: 87,3-t2: 83,8). Pérdida media de 3,22 cm de perímetro abdominal (t1: 104-t2: 101). El tiempo en rango estricto (p-valor de un Mann-Whitney pareado es 0,004) es mayor en la segunda visita. Respecto al tiempo en rango, de los que empezaron en rango, el 94% acabaron en rango y el 6% fuera, mientras que de los que empezaron fuera de rango el 56% acabaron dentro y el 44% fuera. Se encontró un aumento estadísticamente significativo en el colesterol HDL de media de 49,42 a 53,63 mg/dl.

**Conclusiones:** Los resultados preliminares tras los primeros seis meses de adaptación en cada una de las regiones confirman la viabilidad de un abordaje eficaz a través de la actuación grupal sobre estilos de vida, con resultados positivos en los participantes de las dos modalidades (presencial y online) de intervención.