

Teresa Navarre. Valencia

La educación del diabético, tan necesaria como las nuevas terapias

Se pueden tener nuevos medidores, insulina de acción rápida, medicamentos más eficaces..., pero si el diabético no conoce el funcionamiento de su enfermedad y la forma de controlar sus niveles, lo más probable es que sufra bajadas de glucosa o acabe padeciendo patologías asociadas como retinopatías o pie diabético. La Federación Española de Asociaciones de Educadores en Diabetes ofrece toda esta formación.

La educación diabetológica es tan importante que de nada sirve tener las mejores insulinas y tratamientos si luego las personas no saben cómo utilizarlos. "Es como si alguien se compra un coche muy potente pero no se ha sacado el carné de conducir. Lo mismo ocurre con la diabetes: para llevar un buen control hay que conocer cómo hacer la dieta, cómo seguir el tratamiento o qué hacer cuando se va a realizar ejercicio; también deben saber la manera de medirse la glucosa y qué hay que hacer cuando se produce una bajada de azúcar. Todo esto es fundamental para prevenir las complicaciones a largo plazo", ha dicho Esther Gil Zorzo, presidenta de la Federación Española de Asociaciones de Educadores en Diabetes (Feaed), en el XI congreso nacional de la federación que se ha celebrado en Valencia.

"Los educadores en diabetes deben tratar de ayudar a que las personas a las que se les diagnostica la enfermedad la acepten y sepan controlarla, ya que su diagnóstico tiene gran impacto en la persona y en su entorno".

Los formadores deben conocer bien al enfermo: "Quién es, cómo vive, qué hace, cuáles son sus gustos, qué horarios tiene, en qué trabaja... El tratamiento que tiene que llevar cada persona es diferente según las características del enfermo. No hay diabéticos, sino personas con diabetes; no es lo mismo la terapia para un niño de seis años que para una persona de 70. El control de la glucosa es muy importante, al igual que seguir las pautas de ejercicio y dieta".

El diabético padece afecciones añadidas, como riesgos cardiovasculares, hipertensión, patología dental, retinopatías o nefropatías; una serie de complicaciones que debe conocer bien. La diabetes puede heredarse o adquirirse con el aumento de la edad; hacia los cuarenta años comienza el riesgo, aunque se está incrementando en niños y jóvenes.

En España hay 2,7 millones de diabéticos y muchos de ellos aún no lo saben. Tras el diagnóstico, el afectado se sumerge en un mar de preguntas, miedos y dudas. Sin embargo, con una buena información puede continuar con un alto nivel de vida, aunque para ello debe seguir un proceso de aprendizaje. Con este objetivo surgió en 1990 Feaed, un grupo multidisciplinar que aglutina a enfermeros, médicos, dietistas, psicólogos y fisioterapeutas que se dedican a formar a los diabéticos.

Incidencia

Esta enfermedad cada vez tendrá más incidencia: "Es un problema que afecta a todo el mundo por el gran número enfermos. En la actualidad hay tantos diabéticos como los que se esperaban para dentro de cinco años; se creía que para 2010 serían 300 millones, y ya se ha sobrepasado esa cifra". Para Gil, el incremento de enfermos se debe al cambio de los estilos de vida que provocan que se haga menos ejercicio y se siga una alimentación más rica en grasa, lo que fomenta la obesidad. Además, las personas ya no se mueren por esta afección; por eso, es más necesaria una buena educación para evitar complicaciones.