



# Avances en Diabetología



## P-046. - ESTUDIO EPIDEMIOLÓGICO, RETROSPECTIVO Y TRANSVERSAL PARA EVALUAR LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO A LOS PACIENTES CON DIABETES TIPO 2 POR PARTE DE MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA Y ESPECIALISTAS (ESTUDIO NIKÉ)

A. Urdampilleta<sup>a</sup>, A. Pérez<sup>b</sup>, D. González<sup>c</sup> y S. Murillo<sup>d</sup> en representación del Grupo de Trabajo de Estilos de Vida de la Sociedad Española de Diabetes

<sup>a</sup>Universidad de Deusto. Bilbao. <sup>b</sup>Hospital de la Santa Creu i Sant Pau. Barcelona. <sup>c</sup>Esteve. Barcelona. <sup>d</sup>Institut d'Investigacions Biomèdiques August Pi i Sunyer. Centro de Investigación Biomédica en Red en Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas. Hospital Clínic de Barcelona.

### Resumen

**Introducción:** El ejercicio físico (EF) es uno de los tratamientos básicos en la diabetes tipo 2 (DT2). A pesar de ello, se encuentran dificultades en la prescripción y en el seguimiento de las pautas prescritas a los pacientes.

**Objetivos:** Evaluar la relación entre los hábitos de prescripción de los médicos y EF realizado por los pacientes.

**Material y métodos:** Estudio epidemiológico, de corte transversal, multicéntrico y nacional en adultos (30-75 años) incluyendo médicos de atención primaria y especialistas en Endocrinología. Cada investigador participante rellenó el cuestionario electrónico diseñado para evaluar los hábitos de prescripción de ejercicio de los profesionales sanitarios, y administró entre sus pacientes la versión española del cuestionario IPAQ (Internacional Physical Activity Questionnaire) para evaluar la frecuencia y el tiempo dedicado a diferentes niveles de EF durante los últimos 7 días, para conocer la concordancia entre los hábitos de EF realizado por los pacientes. Además se registraron los datos demográficos (edad, sexo, peso, altura, etc.) y clínicos (incluyendo, EF realizado, años de evolución de la diabetes, tratamientos, control de la glucemia, co-morbilidades, etc.) del paciente.

**Resultados:** Se incluyeron 5.790 pacientes con DT2 y 2.443 investigadores. El 99% de los pacientes indican que se les ha realizado una prescripción de EF, en un 72,6% de los casos la prescripción fue realizada por el médico y en un 26,4% por la enfermera. En un 44,6% de los casos la prescripción se limitaba al consejo de caminar y solamente un 2% prescribe ejercicio de fuerza. En un 48% de los casos se encuentra correlación entre el ejercicio prescrito y el realizado según el cuestionario. El obstáculo principal en la realización de ejercicio por los pacientes fue la falta de tiempo (52,7%), la falta de motivación (40,8%) o no verse capaz de realizarlo (19,6%). Encontramos una asociación significativa entre la prescripción y la mayor realización de ejercicio cuando el investigador/profesional realiza ejercicio de forma habitual ( $r = 0,29$ ,  $p < 0,0001$ ).

**Conclusiones:** A pesar de que se realiza un consejo sobre EF, la calidad de la prescripción es baja, basada en caminar como ejercicio habitual y con bajo seguimiento por parte de los pacientes.