



88 - PRÁCTICA DEPORTIVA EN PERSONAS CON DM1: ENCUESTA DIABESPORT. TRATAMIENTO, CONTROL METABÓLICO E HIPOGLUCEMIAS

C. Tejera Pérez¹, M. Gargallo Fernández², P. González Alonso³ y F. J. Escalada San Martín⁴

¹Endocrinología y Nutrición. Complejo Hospitalario Universitario de Ferrol. ²Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario Infanta Leonor. Madrid. ³Team One. Asociación Española para el Deporte con Diabetes.

⁴Endocrinología y Nutrición. Clínica Universidad de Navarra. Pamplona.

Resumen

Introducción: Son escasos los datos sobre vida real en personas deportistas con DM1 (PDDM1). El objetivo de este trabajo es analizar en PDDM1, terapia farmacológica y ajustes, grado de control e hipoglucemias.

Métodos: Estudio observacional transversal tipo encuesta vía web, dirigida a PDDM1 y difundida por la Fundación de la Diabetes y la Asociación Española de Deportistas con Diabetes (AEDD). Se analizaron: variables demográficas, práctica deportiva, tratamiento habitual y ajustes, control metabólico e hipoglucemias. Se analizaron los datos con el programa R Studio.

Resultados: Se obtuvieron 342 respuestas, 67,6% hombres, 41,8 12,9 años edad. Control metabólico: Hb1A1c 5,3 2,8%, TIR 72 17,7%, TBR < 54 mg/dL 2,1 3%. 74,3% emplean múltiples dosis de insulina (MDI) (basal: degludec 38,6%, glargina U300 29,9%; prandial: ultrarrápida 71,7%, faster aspart 23,2%). Un 42% disminuye los bolos con el ejercicio. El 25,7% emplea ISCI (ultrarrápida 79,5%, faster aspart 17%) y reducen la tasa basal durante y post ejercicio. Un 78% de las PDDM1 emplean monitorización flash (59,6%) o continua (14%) aunque habitualmente no modifican los objetivos durante el ejercicio. Un 8,6% usa apps específicas para DM y control durante en el deporte. Un 5% han sufrido alguna hipoglucemia grave los días de práctica deportiva, 39%, horas después del ejercicio. El riesgo de hipoglucemias se relacionó con mayor tiempo evolución DM1 ($p < 0,01$) y más días de práctica deportiva/semana ($p = 0,05$).

Conclusiones: El deporte en DM1 resulta seguro y se asocia a un excelente control metabólico. Con un predominio de terapia con degludec, los ajustes se realizan mayoritariamente modificando los bolus. A pesar de los beneficios en la práctica deportiva, todavía más del 20% de PDDM no portan sensor. El empleo de ISCI entre PDDM1 es muy superior al global de DM1. Las apps deporte/DM están infrutilizadas.