



# Endocrinología, Diabetes y Nutrición



## P-175 - EXPERIENCIA EN EL USO DE LA APLICACIÓN CONTOUR DIABETES COMO PARTE DEL TRATAMIENTO DE LA DM1

M. Suárez Franco<sup>a</sup> y A. Ocaña Moreno<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Centro de Salud Isla Mayor, Isla Mayor. <sup>b</sup>Centro de Salud Inmaculada Viera Fuentes, Sevilla.

### Resumen

**Objetivos:** Conseguir seguimiento adecuado en paciente DM1 que no acude a consulta de seguimiento en consultorio. Dar normalidad a la enfermedad, reducir la ansiedad, mejorar la calidad de vida del paciente, aportándole seguridad y ahorro de tiempo. Ahorrar tiempo también al profesional sanitario.

**Material y métodos:** Tanto el enfermero encargado del seguimiento del paciente en estudio como el propio paciente se formaron en el uso de la Aplicación Contour<sup>®</sup> Diabetes con el medidor de glucosa Contour<sup>®</sup> Next One, acordando cómo y cuándo enviar informes vía mail para llevar a cabo la valoración de los mismos. Se evaluó la ansiedad previa al uso de la app y a los 6 meses mediante la escala de Hamilton. Concertamos citas trimestrales de seguimiento en las que el paciente envió 2 tipos de informes a su enfermero.

**Resultados:** Mejora de la comunicación profesional-paciente. El paciente reconoce haber ahorrado tiempo al no tener que acudir a consulta físicamente, lo que le ha mejorado su calidad de vida. El paciente ve beneficioso el paso directo de sus mediciones desde su medidor a la app, sin necesidad de realizar anotaciones. El profesional, a través de los informes identifica más rápida y claramente los rangos fuera y dentro de objetivo, lo que le ha hecho ahorrar tiempo. Tras el seguimiento ha habido una mejora en la puntuación de la escala de Hamilton, reduciendo la ansiedad tanto psíquica como somática. (Pretest: 13 ansiedad psíquica, 11 ansiedad somática, total 24 puntos; Posttest: 8 ansiedad psíquica, 11 ansiedad somática, total 13 puntos). A pesar de conocer sus objetivos de glucemia, el usuario ha preferido continuar con las luces de colores del medidor de glucosa Contour<sup>®</sup> Next One, ya que las ha definido como un elemento motivador.

**Conclusiones:** La aplicación Contour<sup>®</sup> Diabetes nos ha ayudado, con sus informes, a realizar un adecuado seguimiento de una persona con DM tipo 1 que tenía dificultades para acudir a sus visitas en el centro, ahorrando tiempo tanto a usuario como a profesional. Con el uso de esta app el paciente ha reducido su ansiedad y ha sentido mayor seguridad al tener todos sus datos en un mismo sitio, desde el cual podía acceder a cualquier hora del día, realizar medias y llevar un mejor control sobre su diabetes. En nuestra práctica diaria, podríamos usar la aplicación Contour<sup>®</sup> Diabetes para realizar seguimiento en cualquier tipo de persona con diabetes que tenga dificultades a la hora de acudir al centro de referencia.