



Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

264/69 - RELACIÓN ENTRE DIABETES Y DEMENCIA EN EL ADULTO MAYOR DE 65 AÑOS

Ó. Fernández Martín^a, M. Granados Bolívar^b y Á. Jiménez García^c

^aMédico de Familia. Centro de Salud de Montefrío. Granada. ^bEnfermera de Familia. Centro de Salud de Baza. Granada. ^cEnfermera de Familia. Centro de Salud Gran Capitán. Granada.

Resumen

Introducción y objetivos: La diabetes es una enfermedad crónica que tiene mucha repercusión en la calidad de vida del paciente. La vida sedentaria se asocia a la resistencia a la insulina que puede inhibir la señalización entre las neuronas y afectar a la memoria. La hiperglucemia aumenta el riesgo de deterioro cognitivo. Conocer si un taller sobre educación sanitaria a pacientes mayores diabéticos puede prevenir el deterioro cognitivo

Material y métodos: Estudio cuasi-experimental analítico prospectivo. La muestra fueron 60 mayores entre 65-80 años que acudían a consulta de enfermería de centro de salud de Montefrío (Granada). El muestreo fue probabilístico aleatorio simple. Se utilizó la escala de Pfeiffer pre y post del taller. El estudio entre enero y junio de 2016 a través de consejos dietéticos, realización de ejercicios de memoria y consejos sobre ejercicios de actividad física. Los criterios de inclusión fueron diabéticos entre 65-80 años, que quisieran formar parte del estudio y dieran su consentimiento informado y los criterios de exclusión no reunir las características anteriores.

Resultados: El 82% de los participantes mejoraron los valores de hemoglobina glicosilada después del taller. El 62% comentaron que habían seguido realizado los consejos dietéticos los ejercicios de memoria y de actividad física en casa.

Conclusiones: La resistencia a la insulina se asocia con un peor procesamiento del azúcar en el cerebro, aumentar nuestra salud a través de una buena dieta, ejercicios físicos y de memoria puede aminorar la resistencia a la insulina y mejorar la calidad de vida del adulto mayor diabético.