



# Medicina de Familia. SEMERGEN

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



## 347/3050 - PROYECTO ADHERENCIA ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN DIABETES TIPO 2. ESTUDIO ADHES-DIABETES2

M. Pérez Unanua<sup>a</sup>, M. Alonso Fernández<sup>b</sup>, J. Mancera Romero<sup>c</sup>, F. López Simarro<sup>d</sup>, J. Mediavilla Bravo<sup>e</sup>, F. Carramiñana Barrera<sup>f</sup>, T. Soriano Llorda<sup>g</sup>, M. González Mohino Loro<sup>h</sup>, A. Vélez Escalante<sup>i</sup> y C. Huidobro Dosal<sup>j</sup>

<sup>a</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Doctor Castroviejo. Madrid. <sup>b</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Pisuegra. Arroyo de la Encomienda. Valladolid. <sup>c</sup>Médico de Familia. UGC Ciudad Jardín. Málaga. Cátedra UGR-SEMERGEN de Docencia e Investigación en Medicina de Familia. <sup>d</sup>Médico de Familia. Centro de Salud ABS Martorell. Barcelona. <sup>e</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Burgos Rural. Burgos. <sup>f</sup>Médico de Familia. Centro de Salud San Roque. Badajoz. <sup>g</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Canal de Panamá. Madrid. <sup>h</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Gerindote. Toledo. <sup>i</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Altamira. Cantabria. <sup>j</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Centro. Santander.

### Resumen

**Introducción:** Las modificaciones del estilo de vida (alimentación saludable, adecuado control del peso, práctica de actividad física y ejercicio, no fumar y el bienestar emocional), junto con la terapia farmacológica, son esenciales para el paciente con diabetes y deben ser enfatizadas desde el momento del diagnóstico y en cualquier etapa de la enfermedad. Sin embargo a pesar de que estas recomendaciones son conocidas por la mayoría de los pacientes con diabetes, muchos de ellos mantienen patrones de conducta desordenados.

**Objetivos:** Objetivo principal: conocer la adherencia a los estilos de vida saludables de los pacientes con DM2 en España ya que los estudios realizados hasta ahora en España al respecto son escasos. Objetivo secundario: valorar la relación entre adherencia a los estilos de vida saludable y variables como cumplimiento farmacológico, educación diabetológica, grado de control metabólico, edad, sexo, tratamiento, tiempo de evolución de la diabetes y complicaciones crónicas asociadas.

**Diseño:** Estudio descriptivo, transversal, multicéntrico, nacional.

**Emplazamiento:** Centros de Salud de Atención Primaria en España.

**Material y métodos:** Medir el estilo de vida es complicado y los instrumentos disponibles difíciles de aplicar. La adherencia a la dieta mediterránea se medirá mediante el cuestionario de valoración individual del cumplimiento de la dieta mediterránea con 14 preguntas y validado en el estudio PREDIMED. Para medir la práctica de actividad física se realizará una pregunta sencilla que permite distinguir a los pacientes que siguen las recomendaciones “¿Realiza al menos 30 minutos al día de actividad física moderada (por ejemplo, caminar a paso ligero) 5 o más días a la semana?” y durante la entrevista clínica se preguntará acerca del hábito tabáquico y sobre bienestar emocional mediante las 3 preguntas del cuestionario IMEVID. Finalmente, para medir el cumplimiento farmacológico se pasará el test de Haynes-Sackett. Las variables del estudio se recogerán mediante revisión de

historia clínica y entrevista al paciente en un cuaderno de recogida de datos y se volcaran a un cuestionario online diseñado para este trabajo que facilitará el trabajo de campo y el posterior análisis estadístico. En todos los pacientes, una vez que finalice la recogida de datos, se realizará una intervención educativa con consejo sanitario breve y entrega de un tríptico informativo con consejos y recomendaciones de estilo de vida saludable.

**Aplicabilidad:** Existen numerosas publicaciones realizadas en el ámbito de la Atención Primaria relacionadas con adherencia y cumplimiento farmacológico de los pacientes con diabetes tipo 2 o de otras enfermedades crónicas, pero hay escasos datos en España acerca del cumplimiento y adherencia de estilo de vida saludable en pacientes con diabetes.

**Aspectos ético-legales:** Durante el desarrollo del estudio se garantizará en todo momento la confidencialidad de los datos y el anonimato del paciente tal y como se indica en la hoja de consentimiento informado. Se seguirán las normas de la Agencia de Protección de Datos y las normas éticas a las que se adscriben las instituciones de salud participantes en el estudio. El estudio ha sido aprobado por el Comité de Ética de la Investigación del Hospital Universitario La Paz, PI 3085.

**Palabras clave:** Diabetes. Adherencia. Estilos de vida.