



# Medicina de Familia. SEMERGEN



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

## 347/1075 - CONOCIMIENTO Y APLICACIÓN DE LAS MODIFICACIONES DEL ESTILO DE VIDA EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 2

*E. Caride Miana e I. Silvera Acosta*

*Médico de Familia. Centro de Salud Foietes. Benidorm. Alicante.*

### Resumen

**Objetivos:** Analizar el conocimiento y la aplicación de la modificación de los estilos de vida en los pacientes con diabetes mellitus tipo 2 (DM2).

**Metodología:** Estudio piloto observacional descriptivo transversal en pacientes mayores de 25 años con diagnóstico de DM2 de más de un año de evolución de una población de características urbanas en los meses de diciembre de 2017, enero y febrero de 2018. Utilizando el sistema de consulta de colectivos clínicos de Alumbra se detectaron los pacientes con diagnóstico de DM2 (CIE 250.0). En una consulta de 20 minutos se recogieron las siguientes variables: edad, sexo, última cifra de hemoglobina glicosilada en la analítica (HbA1c) y hábito tabáquico. Realizándoseles un cuestionario de ideación propia, basado en 5 variables (dieta, ejercicio físico, pérdida de peso, alcohol y tabaquismo), formuladas como variables dicotómicas. El estudio fue clasificado por la AEMPS como estudio EPA-OD y aprobado por el Comité de Ética de Atención Primaria de la Comunidad Valenciana.

**Resultados:** Participaron 57 pacientes (35 hombres y 22 mujeres). La edad media de los pacientes fue de 66,5 años. Siendo la HbA1c media de 7,2%. El 70% afirmaron conocer las recomendaciones de dieta sobre DM2 y el 48% de los pacientes afirmaron realizarlas. El 53% conocían las recomendaciones de ejercicio y el 33% afirmaron realizarlas. El 60% de los pacientes afirmaron conocer las recomendaciones sobre pérdida de peso y el 39% refirieron aplicarlas. El 91% de los pacientes refirieron conocer las recomendaciones sobre consumo de alcohol y el 75% refirieron cumplirlas. El 89% de los pacientes afirmaron conocer las recomendaciones sobre tabaquismo y el 74% afirmaron aplicarlas. El 8,7% de los pacientes participantes afirmaron conocer y aplicar correctamente las 5 variables de modificación de los estilos de vida. El 21% de los pacientes conocían las recomendaciones de las 5 variables de modificación de los estilos de vida. La variable más ampliamente conocida y cumplida fue el consumo de alcohol seguido del tabaco. La variable peor conocida y realizada fue el ejercicio físico seguida de la pérdida de peso.

**Conclusiones:** Debemos mejorar la enseñanza sobre el tratamiento no farmacológico en pacientes diabéticos ya que menos del 9% de los mismos conocen y aplican todas las recomendaciones sobre estilos de vida en DM2.

**Palabras clave:** Diabetes mellitus tipo 2. Estilo de vida saludable. Cuestionario de salud.

1138-3593 / © 2018 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.