

Educación diabética: superar los obstáculos afectivos

✉ Martha Funnell y Linda Siminerio

En la atención a la diabetes, el objetivo principal es mejorar los resultados sanitarios y asegurar el bienestar total de las personas que tienen la afección. Con este fin, es importante llegar a la persona más allá de los resultados de laboratorio. La atención a los problemas psicológicos y sociales es esencial a la hora de ayudar a las personas con diabetes a vivir una vida plena. En este artículo, Martha Funnell y Linda Siminerio hablan del papel de la educación a la hora de superar los obstáculos afectivos que impiden el desarrollo de un control óptimo de la diabetes.



En los hallazgos del Estudio DAWN (Diabetes Attitudes, Wishes and Needs), las personas con diabetes manifestaron la necesidad de mejorar la comunicación con los profesionales sanitarios que les asisten, en especial los médicos. Encontraron difícil asumir las tareas de cuidado personal, especialmente en las áreas relacionadas con la nutrición. Aunque muchos médicos estuvieron de

acuerdo en que era necesario mejorar la comunicación, manifestaron que se veían limitados por los horarios, lo cual dificultaba las cosas.

El Estudio DAWN destacó la necesidad de ayudar a las personas a controlar su diabetes de un modo más eficaz. Se detectó que las personas con diabetes a menudo se

sienten solas y aisladas y que a veces sienten que la responsabilidad de controlar adecuadamente su afección les sobrepasa. Estos sentimientos contribuyen a que aumenten los niveles de estrés y ansiedad.

Se ha demostrado que una educación para el autocontrol ayuda a las personas con diabetes a superar estas barreras afectivas. Una recomendación clave del programa DAWN es que todas las personas con diabetes tengan acceso a este tipo de apoyo.

Las personas con diabetes suelen sentir que la responsabilidad de controlar su afección les sobrepasa.

Un mayor papel para la educación diabética

La educación diabética puede ejercer un impacto importante y positivo en

una serie de áreas, como el apoyo a las personas con diabetes tipo 2 al comienzo de una terapia de insulina. Las ansiedades y la resistencia a la medicación que suelen acompañar a la terapia de insulina se pueden vencer con el apoyo de un programa de educación diabética que:

- ♦ Asegure a las personas que la necesidad de inyectarse insulina no representa un fracaso personal
- ♦ Les ayude a aprender cómo prevenir y controlar la hipoglucemia
- ♦ Les acompañe a lo largo del proceso de inyección.

Sin embargo, el objetivo de la educación diabética moderna no consiste sólo en estimular a las personas para que observen el tratamiento. Quienes tienen la afección están invitados a convertirse en personas que tomen decisiones sanitarias de manera activa y documentada. Los resultados de estos programas son impresionantes y estimulantes. La educación diabética es eficaz a la hora de mejorar los resultados metabólicos y la calidad de vida.

La educación diabética es eficaz a la hora de mejorar tanto los resultados metabólicos como la calidad de vida.

Aprendizaje de por vida

Sin embargo, la educación diabética no es una vacuna que se aplique

mediante una sola dosis. Las personas con diabetes necesitan un apoyo continuo para su autocontrol. Pero el apoyo al autocontrol consiste en algo más que una simple transferencia de información. Este apoyo también supone la oferta de un apoyo psicológico y conductual, cuya importancia se destacó en los resultados del Estudio DAWN.

Los educadores tienen un importante papel que jugar en los rastreos de población para detectar depresión y trastornos emocionales graves. También pueden ayudar a las personas con la afección a encontrar los recursos necesarios para afrontar la diabetes a diario.

Los enfermeros son actores clave en la atención a la diabetes, ofreciendo capacidad, cuidados y compasión a las personas que tienen la afección.

Normalmente, el equipo de atención sanitaria y la interacción continuada con los enfermeros son las fuentes de apoyo al autocontrol. Los enfermeros son actores clave a la hora de crear un puente comunicativo entre los médicos y las personas con diabetes. Juegan un papel singular en la atención a la diabetes al ofrecer capacidad, cuidados y compasión a las personas que tienen la afección. Una serie de estudios ha descrito el impacto positivo que los enfermeros pueden tener sobre los resultados.

Desgraciadamente y sin embargo, la mayoría de las personas con diabetes no tienen acceso a un equipo de atención diabética o a un enfermero educador o dietista.

De desafío en desafío

El desafío que ahora afronta la comunidad diabética es traducir los muchos hallazgos que surgen a partir del programa DAWN a decisiones y acciones sanitarias que mejoren la vida de las personas que tienen la afección. Esto se puede hacer a muchos niveles: al nivel de práctica individual, práctica de grupo y de sistema sanitario y a nivel nacional mediante los cambios de política.

☒ Martha Funnell y Linda Siminerio

Martha Funnell es Enfermera Clínica Especializada y Directora de Administración en el Centro de Investigación y Formación Diabética, en Michigan, EEUU. Es Profesora Adjunta de la División de Programas de Atención Aguda, Crítica y a Largo Plazo de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Michigan, en EEUU.

Linda Siminerio es Directora del Instituto de Diabetes de la Universidad de Pittsburg, EEUU, y Profesora Auxiliar de la Facultad de Medicina y Enfermería de la Universidad. La Dra. Siminerio es Vicepresidente Veterana de la Federación Internacional de Diabetes, y es la primera educadora en diabetes que desempeña dicha función.