

Es necesario educar a las personas para que se adhieran al tratamiento

Diabetes mellitus y las ciencias de la salud



- Los profesionales encargados de estos pacientes deben ser empáticos y solidarios con ellos y sus familias.

ADELA ALBA LEONEL/
ROSA MARÍA OSTIGUÍN MELÉNDEZ
FACULTAD DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA

En 2016 la ONU declaró al 14 de noviembre como el Día Mundial de la Diabetes, con el propósito de generar conciencia del impacto que esta enfermedad provoca en la salud de las personas, familias y comunidades en todo el orbe.

Existen tres tipos de diabetes: I, II y gestacional. La tipo I, también llamada insulino dependiente o diabetes juvenil, se presenta cuando el páncreas no produce insulina; este tipo de diabetes es más frecuente en la niñez. El tipo II ocurre cuando el cuerpo se vuelve resistente a la insulina o produce muy poca. Es un padecimiento multifactorial que afecta principalmente a población adulta y es la más prevalente. En el mundo, el 95 % de las personas con diabetes tienen DM-II. La diabetes gestacional se presenta durante el embarazo.

Dado que la DM-II es la predominante, nos centraremos en ella. Es una afección crónica no transmisible, considerada un problema de salud pública por su magnitud y por el alto impacto en la vida de la persona, al ser causa de discapacidad, ceguera, amputación de extremidades inferiores y de enfermedad renal crónica. Genera, por un lado, una demanda continua y diversa de los servicios de salud, y por otro, una inversión importante del gasto familiar e institucional.

En el mundo, el 95 % de los individuos con esta enfermedad tienen tipo-II

De acuerdo con el Atlas de la Diabetes de la Federación Internacional de Diabetes de 2021, el 10.5 % de la población mundial (537 millones de adultos) vivía con diabetes. Se estima que para el 2030 habrá 643 millones, y 783 millones en 2045. Los últimos reportes la posicionan entre las diez principales causas de muerte y de discapacidad. En 2016 el gobierno de México declaró emergencia epidemiológica por este tipo de diabetes, debido a su alta prevalencia y por ser la primera causa de fallecimiento en adultos de 45 a 64 años, y la primera en discapacidad, según el Instituto de Métricas y Evaluación de la Salud.

Por otro lado, el estudio de carga global de las enfermedades reportó que en el 2020 la tasa de mortalidad fue de 11.95 por cada 10,000 habitantes, siendo ésta la más alta en los últimos 10 años. La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición señaló que en 2022 la prevalencia fue de 18.3 %.

Es en este contexto en donde la población requiere la participación de los profesionales de la salud, aquéllos que desde una perspectiva empática y solidaria contribuyen al bienestar de la persona que padece la enfermedad y de quienes lo acompañan. Como recurso humano

de alto valor social, los profesionales de la salud están comprometidos en aportar elementos que contribuyan a definir políticas públicas con modelos centrados en la triada persona-familia-sociedad, con una visión global de la cultura del cuidado y su ethos, y con perspectiva de género en cuanto a las formas de vivir y abordar la cronicidad. Ello, con el objetivo de que mediante acciones de educación para la salud se incida positivamente en el bienestar de las familias y en las nuevas generaciones.

Es importante que enfermeras y enfermeros de atención primaria, con sólidos perfiles profesionales, contribuyan en la atención del individuo con diabetes, a partir del seguimiento y el control de casos, y que sus acciones de educación para la salud apunten a fortalecer a la persona con los conocimientos y las destrezas necesarias para adherir el tratamiento a su vida y no la vida al tratamiento, lo que favorecerá un mayor cumplimiento y responsabilidad en el autocuidado, entendido no como una medida sofisticada de los sistemas de salud, sino como una práctica de acciones positivas y cotidianas del ser de la persona que propicie el empoderamiento sobre su cuerpo y su salud.

¿Cómo podemos prevenir la enfermedad y evitar complicaciones cuando ya se padece? Con estilos de vida saludable: ejercicio, dieta completa y balanceada, manteniendo un peso corporal normal, evitando el consumo de bebidas azucaradas (refrescos), de alcohol y tabaco, así como realizando un *check up* por lo menos una vez al año. Asimismo, es necesario evitar la polifarmacia, la sobreprescripción y uso inadecuado de fármacos antidiabéticos o hipoglucemiantes, observando el seguimiento y control de la afección; secando y lubricando la piel, cortando las uñas de forma cuadrada y usando ropa y zapatos cómodos.

De esta forma se podrían evitar muertes prematuras, años de vida potencialmente perdidos y años de vidas ajustados por discapacidad. De aquí la importancia de fortalecer la promoción, prevención y detección oportuna de la DM-II y educación para la salud, tarea sustantiva del profesional de enfermería. *g*