

Estudio de caso**¿Qué ocurre tras un diagnóstico de diabetes de tipo 2?**

Lea esta entrevista realizada a una joven diagnosticada con diabetes de tipo 2. Una vez leída, coméntela con el resto del grupo tomando como base las preguntas facilitadas.

- ¿Qué fue lo primero que pensó cuando le diagnosticaron la diabetes?

- Lo primero que me vino a la mente fue lo siguiente: «¿qué debo hacer ahora?» Sin embargo, en lugar de recibir información detallada, unas palabras tranquilizadoras y un plan de acción, solo me dieron una cita electrónica para hacer más pruebas. Así que me quedé sola con mis preguntas y preocupaciones.

- ¿Esto es algo habitual que experimentan todos los pacientes?

- Es algo que pasa con frecuencia. El sistema sanitario de la mayoría de los países carece de una red interdisciplinar entre el médico de atención primaria, el endocrinólogo y la enfermera experta en diabetes. De hecho, la mayoría de los pacientes ni siquiera sabe que tiene acceso a estos profesionales u otros especialistas que pueden ayudar, como nutricionistas, psicólogos, etc.

- En su opinión, ¿cree que la situación es la misma en todas partes?

- Creo que una persona diabética tiene mucha suerte si vive en una gran ciudad y es tratada en uno de los hospitales o centros de salud principales, porque así tendrá acceso a más especialistas. Sin embargo, existe por desgracia una brecha enorme entre los centros médicos urbanos y rurales.

- Explíquenos su historia, por favor.

- Tengo 25 años y vivo en una pequeña población rural. Trabajo en el sector de los servicios y soy propietaria de una granja familiar. Mi actividad física es muy limitada. Mi marido se ocupa de la granja y, después del trabajo, apenas hago ejercicio. Mi alimentación se basa en comidas más bien grasas y ricas en calorías, y no tengo mucha información sobre los estilos de vida saludables.

Un día fui al médico para la revisión anual obligatoria de la empresa y en el análisis de sangre me detectaron unos niveles elevados de azúcar y me diagnosticaron diabetes de tipo 2. También me dijeron que tenía diabetes cuando me hicieron las pruebas adicionales y me dieron hora con el endocrino, pero tuve que esperar dos semanas hasta visitarme con él. Después de esperar dos semanas para ver al endocrino, pensaba que me explicaría lo que debía y no debía hacer para evitar



Número de proyecto: 2021-1-RO01- KA220-HED-38B739A3

que la enfermedad empeore. Sin embargo, no recibí nada de información. Simplemente me recetó varios medicamentos para tratar la diabetes y me dijo que debía rellenar cada día un diario con mis niveles de azúcar. Nada más.

Al hacerme las pruebas adicionales me detectaron otras enfermedades concomitantes: función renal alterada, hepatomegalia, sobrepeso significativo, piernas hinchadas, problemas cardíacos y asma. En mi opinión, debería ser obligatorio que todos los especialistas colaboraran entre sí para conseguir unos mejores resultados. Sin embargo, tres meses después del diagnóstico, todavía no sabía qué tipo de dieta es la más adecuada para mí, qué podía comer, qué es el índice glucémico, qué tipo de actividad física puedo practicar, cómo puedo perder peso y qué puedo hacer para que la diabetes no me destruya la vida para siempre. No sé cuánto tiempo voy a poder seguir luchando contra la diabetes.

Comentario del médico de la clínica universitaria:

En este caso, el endocrinólogo debería haber derivado la paciente a un dietista y, si no hubiera un dietista en su pueblo, debería acudir a uno en la ciudad. Es importante que la paciente reciba una recomendación de dieta con productos que puede consumir o debe evitar. Esto la ayudará a mejorar sus hábitos alimentarios. Además, es necesario derivar a la paciente a un servicio de rehabilitación con un fisioterapeuta que la ayude a iniciar algún tipo de actividad física a diario. El endocrinólogo también debe derivar a la paciente a una enfermera experta en diabetes que le explique, entre otras cosas, cómo debe cuidarse los pies y controlar su glucemia. El médico de atención primaria también debería derivar a la paciente a un psicólogo que la ayude a aceptar mejor su enfermedad, a gestionar su estado emocional y a explicar su diagnóstico a la familia.

Preguntas para el debate

1. ¿Cuáles son los factores que pueden haber influido sobre la decisión del médico de cabecera de no derivar a la paciente a los especialistas correspondientes?
2. ¿Qué medidas podría haber tomado la paciente para ayudarse a sí misma?
3. ¿Cómo se puede ayudar a los profesionales de los pueblos o poblaciones de menor tamaño para que conozcan las opciones disponibles y puedan prestar más ayuda a los pacientes con diabetes?

