

Presentado el estudio '*Evaluación de formación de pacientes con diabetes*', elaborado por la Escuela Andaluza de Salud Pública en colaboración con ESTEVE

## La formación entre pacientes con diabetes reduce en más de un 30% las visitas a Atención Primaria

Los participantes en los talleres de la Escuela de Pacientes y el programa Paciente Activo no han tenido que acudir a Urgencias en los últimos 6 meses

Complementar la educación terapéutica con la formación entre pacientes es imprescindible para un buen autocontrol de la enfermedad, según los expertos

**Barcelona, 3 de Diciembre de 2014.-** Deben hallarse fórmulas para incorporar al paciente en las distintas estrategias para abordar la diabetes, porque un paciente formado es un paciente activo y autónomo y esto se traduce en un mejor autocuidado. El estudio '*Evaluación de formación de pacientes con diabetes*', elaborado por la Escuela Andaluza de Salud Pública (EASP) con la colaboración de ESTEVE, lo corrobora. Por ello, los expertos enfatizan la importancia de la educación en diabetes, de la concienciación y el empoderamiento para conseguir pacientes capaces de tomar decisiones compartidas sobre su enfermedad y modificar hábitos y estilos de vida.

**Toñi López Cazorla**, enfermera del Hospital Infanta Elena de Huelva, que desde hace tres años participa en el Aula de Diabetes de este centro, afirma que "*como profesional, creo que un paciente aprende más de otro paciente que del mismo profesional. Básicamente porque sienten lo mismo, han pasado situaciones semejantes y expresar cómo es su vida cotidiana unida a la enfermedad, les ayuda*". Según **Mauricio Dueñas**, presidente de la Asociación 'Huelva Diabetes' y formador de la escuela de pacientes, "*parece que la información sobre la diabetes se transmite mejor entre los propios pacientes*".

El estudio ha evaluado proyectos como la Escuela de Pacientes de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas sociales y el Programa Paciente Activo del Sistema Sanitario Público Vasco, que han realizado talleres impartidos por pacientes expertos en Andalucía y el País Vasco con la participación de 300 personas con diabetes.

En este sentido, los talleres realizados, revelan que los asistentes han reducido en un 33% sus visitas a Atención Primaria y que no han tenido que ir a Urgencias en los últimos 6 meses. Además, conocen mejor su enfermedad y tienen mayores índices de calidad de vida y mejores niveles de actividad física.

Tanto en Andalucía como en el País Vasco, pacientes y profesionales afirman que esta iniciativa ha supuesto un punto de inflexión en la adopción de hábitos de vida saludables. Además, se ha comprobado que las personas afectadas por alguna dolencia tienen un mayor conocimiento del manejo de su enfermedad, lo cual mejora la sensación de autocontrol y confianza.

No sólo eso. También se sienten con más recursos y habilidades para superar dificultades y refieren una mayor implicación y proactividad en relación con el personal sanitario. *“Otra ventaja que cabe tener en cuenta es que la interacción entre pacientes contribuye a desmitificar las posibles consecuencias de la diabetes y ayuda a definir de forma conjunta las necesidades y preocupaciones comunes”*.

Son conclusiones que aún cobran mayor importancia si se tiene en cuenta que, según la Sociedad Española de Diabetes, en nuestro país el 13,8% de la población tiene diabetes tipo 2, una enfermedad que representa un factor de riesgo cardiovascular importante y que debe controlarse de forma adecuada. Y cuya incidencia aumentará.

La **Dra. Silvia Copetti**, médico de Atención Primaria en Catalunya que colabora con el Programa de Paciente Experto, afirma que estos talleres *“nos permiten darnos cuenta de que muchas veces no acabamos de impactar e impregnar con nuestros mensajes, mientras que el paciente experto, mucho más próximo, tanto por la vivencia de la enfermedad como por el lenguaje, consigue movilizarlos facilitando su concienciación”*.

También señala que *“es necesario avanzar y alejarse de la relación paternalista entre médico y paciente e ir hacia una relación más deliberativa que beneficiará a ambas partes. Un paso adelante es la intervención educativa en grupo, donde un paciente formado y entrenado se convierte en un paciente experto capaz de conducir un grupo de pacientes con su misma enfermedad y donde los profesionales asumen un rol de observador”*. La cuestión es si *“estamos preparados y dispuestos a desarrollar nuestro rol en el nuevo escenario y colaborar en el llamado empoderamiento del paciente”*.

Por su parte, el **Dr. Tomás Méndez**, médico de Atención Primaria en el País Vasco, dice que participar en los programas de paciente activo *“ha cambiado mi modo de enfocar la información y las propuestas de cambio a mis pacientes. Esto se ha traducido en una mayor cercanía, un mayor enfoque hacia el cambio de hábitos y una mayor implicación y co-responsabilización del pacientes en su salud”*.

Desde su experiencia como paciente formador de pacientes, **Mauricio Dueñas** señala que *“me hubiera gustado tener la posibilidad de asistir a este tipo de talleres cuando empecé a padecer diabetes, porque seguro que hubiera llevado mejor mi vida con la enfermedad. Por ello, creo que deberían incluirse en los protocolos de actuación del Sistema Andaluz de Salud para todos los pacientes”*. Otro tema que destaca es que *“a medio y largo plazo, estos talleres son muy rentables desde el punto de vista económico para el sistema sanitario, porque los pacientes se vuelven más autónomos con respecto a su enfermedad, lo cual implica requerir menos recursos del sistema sanitario”*.

**Juan Carlos Mendizábal**, también paciente experto en diabetes del País Vasco, comenta que *“puedo aprender junto con otras personas que también tienen la enfermedad nuevas herramientas y habilidades para convivir con mi diabetes sin que sea ella quien tome el control de mi vida”*.

**Para más información, contactar con:**

M<sup>a</sup> José Egea, Grupo Inforpress, Tel. 93 419 06 30, [megea@inforpress.es](mailto:megea@inforpress.es)

Olga Cajal, ESTEVE, Tel. 93 446 60 02 [ocajal@esteve.es](mailto:ocajal@esteve.es)