

forINDEX 2024

50 Reunión Científica de la
Fundación Index
20-21 de junio de 2024

PROFINDRISK. Prevención y detección precoz de la diabetes mellitus tipo 2

Autores María Martínez García, Sandra Gómez Hernández, Emilia Salmerón Arjona, Miguel Ángel Conesa Carrillo, Ana María Martínez Lax, Cristina Martínez Galera. Centro de Salud Barrio del Carmen, Murcia (España.)

Antecedentes y estado actual del tema.

A nivel global, se estima que los casos de diabetes alcanzarán los 592 millones en 2035, lo que afectará al 8.8% de la población. Antes de que las personas desarrollen Diabetes Mellitus 2 (DM2), casi siempre padecen prediabetes, es decir, niveles de glucemia más altos de lo normal. Actualmente somos capaces de identificar esta condición de forma precoz con el test de Findrisk.

Objetivos

Principal.

Prevención y detección precoz de DIABETES MELLITUS 2.

Secundarios.

- Conocer la prevalencia de prediabetes y DM2 no diagnosticada.
- Intervenir según niveles de riesgo del test de FINDRISK.
- Formar al equipo de atención primaria mediante sesión clínica del abordaje al paciente con factores de riesgo predisponentes a DM2.

Metodología.

Se trata de un estudio de intervención. Se pretende aplicar la atención sanitaria tradicional (prevención, diagnóstico precoz y tratamiento de DM2 por medio del uso de medios digitales (cuestionario online).

Población diana.

Personas adscritas al Centro de Salud del Barrio del Carmen con IMC >30 y edades comprendidas entre 45-75 años.

Plan de Trabajo.

Las personas incluidas en este estudio, se les enviarán un Cuestionario google form al móvil con un enlace al Test de findrisk on line, un consentimiento informado de participación, las instrucciones para cumplimentarlo y qué hacer según el resultado del mismo.

- Si el riesgo es bajo (menos de 11):

-Dar consejos para reducir peso y mantener un estilo de vida saludable con alimentación sana y ejercicio.

-Puede pedir cita con su equipo de salud que podrán ayudarle con estos objetivos y Repetir el test a los 3 años.

-Si el riesgo es moderado /o altos (mayor de 12):

Informar al paciente de que su riesgo de tener diabetes en los próximos 10 años es moderado/alto.

Se le daría cita con su enfermera para valorar adecuadamente este riesgo.

Se establecerá un plan de atención individualizado en función de los objetivos fijados y acordados con la persona, la valoración integral y las preferencias individuales, además de ofrecer intervención grupal con cuatro sesiones:

PRIMERA SESIÓN: ¿Qué sabes de la diabetes? SEGUNDA SESIÓN: Terapia Nutricional y alimentación. TERCERA SESIÓN: actividad física y sus beneficios. CUARTA SESIÓN: evaluación y evolución

Bibliografía

American Diabetes Association. standards of care in diabetes—2023 abridged for primary care providers. Clinical Diabetes 2023; 41(1):4-31.

<https://diabetesjournals.org/clinical/article/41/1/4/148029/Standards-of-Care-in-Diabetes-2023-Abridged-for>

Saber vivir. Test de Findrisk ¿Cuál es tu riesgo de diabetes? (Sitio web). 2023.

<https://www.sabervivir.es/salud-y-bienestar/ponte-al-dia/test-de-findrisk-cual-es-tu-riesgo-de-diabetes>

American Diabetes Association. Diagnóstico. ADA. (Sitio Web) 2023.

<https://diabetes.org/espanol/diagnostico>