

PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA PACIENTES DIABÉTICOS Y FAMILIARES



Tribuna

María Gazapo

► Psicóloga Especialista en diabetes y factores de riesgo cardiovascular, PsicoActúa, Unidad de Psicología y Medicina de la Salud del Hospital Vithas Internacional Medimar.

Convive con la diabetes», es el nuevo programa de atención psicológica para la diabetes y su prevención de Psicoactúa, la Unidad de Psicología y Medicina de la Salud del Hospital Vithas Medimar Internacional.

El impacto psicológico de la diabetes

El diagnóstico de la diabetes supone un gran impacto psicológico para las personas y sus familiares. El recién diagnosticado ha de aprender y asimilar definitivamente en su rutina, de forma que interfiera lo mínimo en su actividad diaria y bienestar psicológico, un comportamiento complejo encaminado a preservar su salud.

De por vida, y con la carga emocional que ello supone, más del 90% de la responsabilidad del cuidado recae sobre el paciente o, durante largos periodos, so-

bre los padres u otros familiares. Constante y diariamente, se han de tomar decisiones relevantes sobre el tratamiento y realizar numerosas tareas de autocuidado.

La preocupación por no alcanzar los objetivos médicos, el miedo a las complicaciones, la falta de motivación para el cuidado, el cansancio emocional por la carga del autocuidado, las interferencias de la diabetes en la vida cotidiana y los conflictos familiares que provocan, entre muchas cuestiones, quejas de nuestros pacientes en las consultas.

La Psicología en el Abordaje Integral de la Diabetes

Más del 35% de los pacientes presentan dificultades psicológicas en los primeros años de enfermedad y, en proporciones más elevadas que la población no diabética, a lo largo de su vida. Se evidencian también alteraciones emocionales que, sin llegar a constituir un diagnóstico de trastorno, causan malestar y sufrimiento. Destaca el estrés emocional mantenido en más de la mitad de los pacientes y en más del 40% de los familiares.

La intervención de la psicología en las alteraciones emocionales antes citadas, es fundamental por su impacto en la calidad de vida y por su influencia en el autocuidado y en las respuestas fisiológicas que desencadenan hiperglucemia y resistencia a la insulina.



FREEPIK

Más del 35% de los pacientes presentan dificultades psicológicas en los primeros años de enfermedad y, en proporciones más elevadas que la población no diabética, a lo largo de su vida

el cuidado depende del comportamiento de las personas, objeto de estudio e intervención de la psicología.

«Convive con la diabetes»

Contando con psicólogos, nutricionistas y médicos especialistas en la prevención de la diabetes, su tratamiento y sus consecuencias (físicas, sociales y emocionales), el programa de intervención psicológica se dirige a las personas con diabetes tipo 1, tipo 2, a mujeres con diagnóstico de diabetes gestacional, a quienes deseen prevenir la diabetes tipo 2 y a los familiares que conviven con ellos.

«Convive con la Diabetes» pretende hacer más sencillo exactamente eso, la convivencia diaria con la diabetes y sus familiares, mediante programas de intervención psicológica avalados científicamente y adaptados a la problemática de cada persona o familia.

El programa también persigue impulsar la investigación de nuevas intervenciones psicológicas, formar profesionales sanitarios, fomentar la sensibilización social, mejorar la calidad de vida y prevenir la diabetes tipo 2.

El campo de actuación de la psicología se amplía teniendo en cuenta que, aunque un buen control previene las complicaciones para la salud, sólo la mitad de los pacientes consiguen un control adecuado y un 13% un control óptimo y que