

Viernes, 14 de marzo de 2025

## Salud estudia dar continuidad al programa europeo *Cuido mi diabetes*, que ha logrado un buen control de la glucosa y la supresión de la medicación en casi la mitad de participantes

- Los pacientes han rebajado el perímetro abdominal en 10,8 centímetros de media y el índice de masa corporal, en 1,6 puntos
- El equipo del Principado trabaja para replicar el proyecto, que se basa en hábitos saludables de nutrición, actividad física y descanso, dentro de la Escuela Asturiana de Cuidados

La Consejería de Salud estudia dar continuidad al proyecto europeo *C4D Cuido mi diabetes*, que ha logrado mantener un buen control de la glucosa en sangre de las personas participantes: casi la mitad han logrado prescindir de la medicación tras completar un año de control dentro del programa. Esta iniciativa, a la que se ha sumado Asturias, implica a doce países de la Unión Europea que colaboran en la implantación de una buena práctica iniciada en Holanda.

El Principado trabaja en un plan para proseguir este abordaje, que se ha demostrado eficaz, dentro de la Escuela Asturiana de Cuidados. De este modo, se extenderá al resto de la población el alcance y beneficio del proyecto, basado en hábitos saludables de nutrición, actividad física y descanso bajo el seguimiento de un equipo multidisciplinar.

Los buenos resultados se reflejan también en la reducción del perímetro abdominal, con una media de 10,8 centímetros, frente a los 8,3 registrados a mitad del programa, a los seis meses. Asimismo, el índice de masa corporal (IMC) ha bajado, de media, en 1,6 puntos y la pérdida de peso de los participantes ronda los 5,2 kilos. Estos datos son relevantes, pues la grasa acumulada alrededor de los principales órganos causa alteraciones del colesterol, aumenta el riesgo de diabetes e incrementa la tensión arterial y el peligro de trombosis, factores que favorecen el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.

Estas conclusiones generales del proyecto, que tienen cifras extrapolables a Asturias, se han presentado hoy en el encuentro final celebrado con las 26 personas con diabetes tipo 2 -once mujeres y quince hombres- de 41 a 72 años, que han participado en el proyecto en la comunidad.

## Nota de prensa

La directora general de Cuidados y Coordinación Sociosanitaria, Rocío Allande, ha asistido a la sesión junto con pacientes, familiares y el equipo multidisciplinar compuesto por 20 profesionales sanitarios: dos facultativos y 18 enfermeras de las unidades diabetológicas, atención primaria y salud mental.

La Consejería de Salud tiene ahora en marcha la segunda fase del proyecto y confía en confirmar o mejorar los datos obtenidos hasta ahora.

Para el desarrollo de este proyecto, Salud cuenta con el apoyo de la Fundación para el Fomento en Asturias de la Investigación Científica y la Tecnología (Ficyt) y el Instituto para la Investigación Sanitaria (ISPA).

La información sobre esta iniciativa está disponible en estos canales:

- Web: <https://c4djointaction.eu/>
- Red social X: @C4DJointAction
- LinkedIn: CARE4DIABETES
- [cuidomidiabetes@c4djointaction.eu](mailto:cuidomidiabetes@c4djointaction.eu)
- [dgcuidados@asturias.org](mailto:dgcuidados@asturias.org)