



**BOLETÍN DE PRENSA**

Ciudad de México, jueves 27 de abril de 2023

No. 203/2023

## Con “Entiendo mi Diabetes” IMSS apoya a pacientes en el control de su enfermedad sitio web y aplicación para teléfonos celulares

- **Se lleva a cabo un programa piloto en seis Unidades de Medicina Familiar; las y los participantes que reciben educación en este padecimiento vía remota, han logrado bajar de peso y disminuir la toma de medicamentos.**
- **Con la estrategia, el señor Pablo Peláez ha reducido 14 kilos de peso en un año; cuando debutó con la enfermedad su glucosa era de 389, cuando el valor normal es menor a 100.**

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) desarrolló la estrategia “Entiendo mi Diabetes”, mediante la cual un grupo de investigadores, epidemiólogos, médicos especialistas, nutriólogos y gestores en Tecnologías de la Información, desarrollaron un sitio web y una aplicación para teléfonos celulares que promueve la interacción entre pacientes y profesionales de la salud y la educación en línea, con el objetivo de lograr el control de la glucosa y los principales indicadores de este padecimiento.

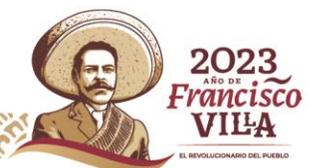
La doctora Luvia Velázquez López, investigadora titular de la Unidad de Investigación en Epidemiología Clínica del Hospital General Regional No. 1 “Dr. Carlos Mac Gregor Sánchez Navarro” del IMSS, destacó que se lleva a cabo un programa piloto en seis Unidades de Medicina Familiar (UMF) de la Ciudad de México mediante un estudio multicéntrico, a fin de comparar la efectividad del sitio educativo y de la aplicación móvil.

Explicó que en dos UMF los pacientes siguen un tratamiento habitual con seguimiento médico, personal de Nutrición y educación en diabetes; en dos Unidades se les brinda acceso al sitio educativo <http://entiendomidiabetes.com/> en el que pueden consultar los diferentes módulos educativos, y en las otras dos UMF pueden ingresar tanto a la página web como a una aplicación en teléfono celular, esta última de reciente desarrollo que permite monitorear y consultar los cambios en su peso, glucosa y presión arterial.

“Buscamos con este desarrollo que la educación en diabetes llegue a la casa o al trabajo donde se encuentra el paciente, y ya sea en su teléfono o desde casa, en un horario que pueda tener disponible, y que a la distancia lo de seguimiento ya sea el médico, un profesional de Nutrición o de Enfermería, para verificar el cumplimiento de objetivos”, enfatizó.

La investigadora del IMSS dijo que en la plataforma los profesionales de la salud ingresan los datos de los pacientes: registros de laboratorio, antecedentes clínicos, sociodemográficos, actividad física, conocimiento de diabetes, calidad de vida, “así podemos dar un seguimiento y se genera un plan de alimentación y de actividad física personalizado”.

Destacó que el plan de alimentación personalizado considera diversas variables para el control del paciente con diabetes, que implican su peso, género, recursos económicos, costumbres, hábitos de





alimentación, y si tiene o no complicaciones como daño renal, hipertensión o dislipidemia, con el objetivo de generar mayor apego a la dieta.

Explicó que en 2010 la primera línea de investigación fue un desarrollo tecnológico denominado Monitor DM2, instalado en el pasillo de una UMF para que el paciente consultara sus laboratorios clínicos y brindarle un plan de alimentación. Dos años más tarde, como parte de sus estudios de doctorado, Velázquez López encabezó la creación del sistema web educativo Nutriluv, en el cual los pacientes accedían a diferentes módulos educativos enfocados a información sobre diabetes, sus complicaciones, y aspectos de nutrición. Ambos fueron el antecedente de “Entiendo mi Diabetes”.

Señaló que actualmente han participado en este programa 320 derechohabientes entre los 18 y 59 años de edad, que tienen menos de 10 años con la enfermedad y han manifestado el deseo de mejorar su calidad de vida. La intención es que en 14 meses que culmina la prueba piloto, este programa se extienda a unidades médicas del Seguro Social en todo el país.

El señor Pablo Peláez, de 59 años, señala que desde que entró al estudio que desarrolla el Seguro Social en la Unidad de Medicina Familiar No.7, que está ubicada en la zona sur de la Ciudad de México; en un año ha logrado perder 14 kilos de peso, al pasar de 84 a 70 kilos, así como el control de su glucosa que llegó a elevarse hasta la cifra de 389, cuando los valores normales de azúcar en sangre deben ser menor a 100.

Relató que antes de solicitar atención médica, comenzó a sentir resequedad en la garganta y sed, “como yo no sabía cuáles eran los síntomas de la diabetes, yo pensé que estaba deshidratado, fui al médico y fue donde y me la detectaron por primera; soy el primer en tener diabetes de la familia, la verdad no me la creía, no lo aceptaba”.

Destacó que conoció este programa al acudir a una consulta médica a la UMF No. 7, cuando el personal de “Entiendo mi Diabetes” hacían la invitación a las y los derechohabientes; reconoce que acceder al sitio web y a la aplicación del celular, que le indica qué debe comer y el tipo de actividad física recomendada, ha sido favorable para lograr un mejor control.

“Ya no me sofoco, antes quería caminar y me cansaba, mi panza era muy ancha y todo esto me ha servido a tener un mejor estilo de vida, ya puedo correr, caminar y pensar más, en eso me ha ayudado, en una tranquilidad emocional y física”, enfatizó.

---o0o---

#### LINK DE FOTOS

<https://bit.ly/3oQMZOg>

#### LINK DE VIDEO

<https://bit.ly/3Hhn2ha>

