

Los resultados de autocuidado más importantes más importantes para personas con Diabetes Tipo II.

Introducción

La mayoría de las personas mayores de 65 años viven con uno o más problemas de salud crónicos. La gestión de estas enfermedades representa una parte significativa de los costes de atención en salud en la actualidad: entre el 70% y el 80% *.

Los pacientes que viven con problemas de salud crónicos en su mayoría los gestionan ellos mismos, en el hogar y en la comunidad, a menudo ayudados por familiares u otros cuidadores de su entorno. Proporcionar a los pacientes el apoyo adecuado para el autocuidado para asegurar una buena convivencia con su problema de salud, es parte esencial de una buena atención y prolonga la esperanza de vida.

Los estudios sugieren que el tipo correcto de apoyo para el autocuidado puede mejorar los resultados de salud de los pacientes y aportar valor a la sociedad. Sin embargo, hoy en día los profesionales de la salud y los gestores carecen de información sobre qué actividades de apoyo de autocuidado (denominadas "intervenciones de autocuidado" o "SMIs, self-management interventions", en adelante) funcionan mejor para diferentes pacientes en diferentes contextos.

COMPAR-EU es un proyecto financiado por la Comisión Europea bajo el marco de su programa de investigación "Horizon 2020". Se inició en enero de 2018 y finalizará en diciembre de 2022. El proyecto tiene como objetivo identificar, comparar y clasificar las intervenciones de autocuidado, en adelante "SMIs" (self-management interventions) que funcionen mejor y sean coste-efectivas para personas en Europa que viven con uno de los siguientes problemas de salud crónicos: Diabetes Mellitus Tipo II (DMT2), enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), obesidad e insuficiencia cardíaca.

El proyecto ha seleccionado 4 conjuntos de resultados fundamentales (COS, "Core Outcome Set") para evaluar las intervenciones de autocuidado de estos problemas de salud y ayudar a desarrollar una herramienta de toma de decisiones compartida en línea para gestores, investigadores, pacientes y organizaciones del ámbito de la salud.

¿Qué es un conjunto de resultados fundamentales (COS, Core Outcome Set) ?:

Es una lista de resultados que los pacientes y los profesionales de la salud han recomendado para que los investigadores midan e informen si están llevando a cabo un estudio de investigación en un área en particular. Antes de la selección del COS, los investigadores de COMPAR-EU realizaron extensas búsquedas y análisis bibliográficos.

¿Qué nuevos conocimientos aporta esta investigación?

Una fortaleza clave de nuestro COS es que se **basa fuertemente en las preferencias de los pacientes**, al mismo tiempo que refleja las perspectivas de los profesionales de la salud y los investigadores. Esto significa que el COS es bastante **fiable y puede usarse en entornos diferentes**. Como siguiente paso, el COS se utilizará para diseñar una herramienta en línea para apoyar la toma de decisiones compartidas por parte de los gestores, profesionales de la salud, desarrolladores de guías de gestión de enfermedades crónicas, pacientes y sus familias sobre cuáles son las SMIs más adecuadas en diferentes contextos.

¿Cómo se desarrolló el COS?

En primer lugar, los investigadores de COMPAR-EU analizaron la literatura científica y encontraron una larga lista de resultados diferentes. Después, se seleccionaron los resultados más importantes en un proceso Delphi de dos rondas realizado a pacientes o representantes de pacientes. Un proceso Delphi es una técnica para encontrar un acuerdo entre expertos a través de una serie de cuestionarios estructurados y mesas redondas. Este grupo votó **17 resultados** para formar parte del COS final. Dentro de estos 16 resultados, **6 se consideraron especialmente importantes** por parte de todos los participantes, con un elevado porcentaje de acuerdo (**70% o más**). En los otros 10 resultados, hubo más opiniones mixtas en el grupo, sin embargo, también forman parte del COS.

¿Cuáles son los resultados que los pacientes consideran más importantes?

Los **6 resultados más importantes** para pacientes en el autocuidado de la T2DM fueron:

#Long-term complications #HbA1C #Hyperglycaemia #Hypoglycaemia event #Weight (management) & Quality of life

Encontrará el COS completo al continuación.

Conjunto de resultados fundamentales (COS) completo para la T2DM

COMPAR-EU	
COS T2DM	
Resultado preferido de autocuidado	Explicación
Complicaciones a largo plazo	Hay cinco efectos principales a largo plazo de la diabetes mellitus: 1. complicaciones oculares específicas, incluida la ceguera potencial; 2. enfermedad renal que puede

	<p>conducir a insuficiencia renal; 3. neuropatía con riesgo de úlceras en el pie y/o amputación del pie; 4. Articulaciones de Charcot/pie de Charcot; y 5. disfunción del sistema nervioso autónomo, incluida la disfunción sexual. Las personas con diabetes tipo 2 también tienen un mayor riesgo de enfermedad cardíaca, obstrucción de arterias y venas y enfermedad por suministro de sangre cerebral (cerebrovascular).</p>
HbA1C dentro de los límites recomendados	<p>Las cantidades más altas de hemoglobina glucosilada indican un peor control de los niveles de glucosa en sangre. HbA1C es una prueba que mide los niveles promedio de azúcar en la sangre durante 2-3 meses. Las personas con diabetes necesitan tener esto monitoreado regularmente para ver si la condición está bien controlada.</p>
Disminución del tiempo de permanencia en hiperglucemia	<p>Hiperglucemia o exceso de glucosa en el torrente sanguíneo. Para la medida específica debe ser individualizada. Para las personas que viven con diabetes mellitus, la disminución del tiempo pasado en un estado de hiperglucemia es mejor, ya que esto evita el daño a partes del cuerpo como los ojos, los nervios, los riñones y los vasos sanguíneos.</p>
Evento de falta de hipoglucemia	<p>Evento de hipoglucemia o nivel bajo de azúcar en sangre (para la medida específica debe ser individualizado). Ningún o menos eventos de hipoglucemia (para ciertos tipos de medicación).</p>
Peso (gestión)	<p>1. Pérdida de peso: Reducción de peso. 2. Peso estable: Ser capaz de mantener un peso equilibrado. 3. Perímetro de la cintura: Una disminución en la circunferencia de la cintura.</p>
Mejora de la calidad de vida	<p>Calidad de vida (con especial foco en poder realizar actividades habituales, carga de tratamiento, movilidad, copia con dolor o malestar, felicidad y autoestima). Incluyendo, pero no limitado a, medidas de calidad de vida específicas de la diabetes.</p>
Participación y toma de decisiones	<p>Sentirse capaz de participar activamente en su propio cuidado (tanto como desee). Al participar en la autogestión, debe estar motivado, ya que son elementos centrales del autocuidado.</p>

Habilidades de autocuidado	Habilidades y capacidades con un enfoque especial en 1. autoeficacia, 2. seguimiento de la propia salud y síntomas, 3. Conocimiento necesario para autocuidarse de manera efectiva y 4. Alfabetización en salud.
Comportamientos de autocuidado	Acciones con un enfoque especial en tomar medicamentos u otros tratamientos según lo aconsejado (adherencia), control del tabaquismo, hábitos alimenticios y actividad física.
Esperanza de vida	Esperanza de vida con un enfoque especial en el número de años saludables vividos.
Experiencia de atención	Experiencia de atención con un enfoque especial en la satisfacción de la atención por parte de los pacientes.
Atención programada	Una disminución en las visitas de atención programadas.
Atención no programada	Disminución o no tener visitas no programadas en absoluto, medida por el número de visitas/visitas no planificadas o de urgencia.
RESULTADOS SUPLEMENTARIOS*	
Conocimiento del cuidador	El conocimiento del cuidador de la condición de salud y el diagnóstico, el tratamiento y otros aspectos, como el estilo de vida y las opciones saludables.
Presión arterial (control)	Disminución de la presión arterial alta (hipertensión) o necesidad de tomar menos medicamentos para la presión arterial.
Impacto en los costos de atención médica para el sistema de salud	Ahorro de costes para el sistema de salud como consecuencia de la intervención de autogestión.
Relación calidad-precio de la intervención de autocuidado (retornos sanitarios)	La combinación ideal de coste y calidad de toda la vida (o idoneidad para el propósito) para satisfacer los requisitos del usuario. Se puede evaluar utilizando los criterios de economía, eficiencia y eficacia.

*Los resultados suplementarios son resultados que se consideraron secundarios en términos de importancia para los pacientes, los investigadores y los profesionales de la salud.

Antecedentes: Las enfermedades crónicas afectan a más del **80% de las personas mayores de 65 años**. Además, entre el **70% y el 80%** de los costes de atención en salud surgen de la gestión de enfermedades crónicas. La literatura sugiere que una **selección adecuada** de los resultados de los SMIs es **esencial** para que la investigación guíe la toma de decisiones e informe sobre las políticas. Las SMIs también pueden mejorar los resultados clínicos y sociales en enfermedades crónicas.



Qué es un autocuidado/autogestión: Autocuidado se define como "lo que los individuos, las familias y las comunidades hacen con la intención de promover, mantener o restaurar la salud y hacer frente a la enfermedad y la discapacidad con o sin el apoyo de profesionales de la salud. Incluye, entre otros, la autoprevención, el autodiagnóstico, la automedicación y la autogestión de enfermedades y discapacidades.

Los socios del proyecto son [European Patients' Forum](#); [Avedis Donabedian Research Institute](#) de España; [Institute for Medical Technology Assessment](#) de los Países Bajos; [Netherlands institute for health services research](#); [OptiMedis AG](#) de Alemania; [University of Ioannina](#) de Grecia y [Sant Pau Research Institute](#) de España.

Qué es un Lay summary: Un lay summary es un resumen en lenguaje sencillo de un proyecto de investigación que se utiliza para explicar ideas complejas y términos técnicos y científicos a personas que no tienen conocimientos previos sobre el tema. Son importantes no sólo para los pacientes, sino también para otras personas y para profesionales de la salud no especializados.

Qué es un Proceso Delphi: Una técnica que busca obtener compromiso y acuerdo sobre las opiniones de expertos en un panel temporal, a través de una serie de cuestionarios estructurados y sesiones grupales.

Quién eligió el COS de la Diabetes tipo 2: Los resultados fueron priorizados en un proceso Delphi de dos rondas por pacientes y representantes de organizaciones de pacientes, investigadores y profesionales de la salud de Europa en Berlín en 2018.

Qué nuevos conocimientos aportó esta investigación: una fortaleza clave del COS COMPARE-EU es que se basa en gran medida en las preferencias de los pacientes, al tiempo que reflejan las perspectivas de los profesionales de la salud, investigadores y representantes de la sociedad civil. Confiamos en que el COS y los resultados complementarios reflejen las preferencias de todas las partes interesadas clave. Por lo tanto, el COS resultante podría aplicarse, adaptándose al contexto, a un amplio tipo de entornos en toda Europa, e incluso en todo el mundo.

[¿Quiere saber más?](#)

Póngase en contacto con contact@self-management.eu

También puede visitar en la página web del proyecto: <https://self-management.eu/>

[Coordinador del proyecto](#)

COMPAR-EU



Socios del proyecto



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme under grant agreement No 754936. The content of this leaflet reflects only the COMPARE-EU groups' views, and the European Commission is not liable for any use that may be made of the information contained herein.

