



1. INTRODUCCIÓN:

ASFADI, Asociación de Familias Diabéticas de Albacete, posee casi 10 años de antigüedad y cuenta con más de 1100 socios. Los servicios que se ofrecen giran en torno al objetivo de facilitar el día a día de la persona que sufre diabetes. Entre estos servicios podemos destacar:

- Apoyar y ayudar 24 h al día.
- Facilitar material informativo y de control.
- Realización de actividades y conferencias.
- Control semanal de azúcar.
- Realización de excursiones con diabéticos.
- Atención psicológica.
- Apoyo a los padres de niños diabéticos que debutan 1 y 15 años con la enfermedad en los hospitales en urgencias cuando están ingresados .y En los colegios y a domicilio.

ASFADI, como Asociación de familias diabéticas, nace con el objetivo de dar cobertura a todos los ciudadanos y ciudadanas que padecen cualquier tipo de diabetes así como atender a sus familiares. Por ello, desde *ASFADI*, se realizan actividades destinadas a mejorar las condiciones de vida tanto de los enfermos y enfermas como de sus familiares.

2. INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA:

Vivimos en una sociedad en la que enfermedades como la diabetes se encuentran a la orden del día. Por ello, desde *ASFADI* se intenta concienciar a la sociedad sobre la importancia de su prevención y tratamiento, ya que de no intervenir a tiempo puede conllevar numerosos problemas asociados.

Existe un gran desconocimiento por parte de la sociedad sobre las consecuencias que conlleva la diabetes, así como los diferentes tipos.

2.1. Definición Diabetes:

La *Diabetes Mellitus* es un conjunto de trastornos metabólicos, que afecta a diferentes órganos y tejidos, dura toda la vida y se caracteriza por un aumento de los niveles de glucosa en la sangre: hiperglucemia. La causan varios trastornos, siendo el principal, la baja producción de la hormona insulina, secretada por las células beta del páncreas, o por su inadecuado uso por parte del cuerpo, que repercutirá en el metabolismo de los carbohidratos, lípidos y proteínas.

Los *síntomas principales* de la Diabetes Mellitus son emisión excesiva de orina, aumento anormal de la necesidad de comer, incremento de la sed, y pérdida de peso sin

razón aparente. La Organización Mundial de la Salud reconoce tres formas de Diabetes Mellitus: *tipo 1*, *tipo 2* y *diabetes gestacional* (ocurre durante el embarazo), cada una con diferentes causas y con distinta incidencia.

En el año 2000, se estimó que alrededor de 200 millones de personas eran diabéticos en el mundo y que llegarán a 370 millones en el año 2030. Este padecimiento causa diversas complicaciones, dañando frecuentemente a ojos, riñones, nervios y vasos sanguíneos. Sus complicaciones agudas (hipoglucemia, cetoacidosis, coma hiperosmolar no cetósico) son consecuencia de un control inadecuado de la enfermedad mientras sus complicaciones crónicas (cardiovasculares, nefropatías, retinopatías, neuropatías y daños micro vasculares) son consecuencia del progreso de la enfermedad.

2.2. Descripción general:

Las células metabolizan la glucosa para convertirla en una forma de energía útil; por ello el organismo necesita recibir glucosa (a través de los alimentos), absorberla (durante la digestión) para que circule en la sangre y se distribuya por todo el cuerpo, y que finalmente, de la sangre entre al interior de las células para que pueda ser utilizada. Esto último sólo ocurre bajo los efectos de la insulina, una hormona secretada por el páncreas.

En la Diabetes Mellitus el páncreas no produce o produce muy poca insulina (DM Tipo I) o las células del cuerpo no responden normalmente a la insulina que se produce (DM Tipo II).

Esto evita o dificulta la entrada de glucosa en la célula, aumentando sus niveles en la sangre (hiperglucemia). La hiperglucemia crónica que se produce en la Diabetes Mellitus tiene un efecto tóxico que deteriora los diferentes órganos y sistemas y puede llevar al coma y la muerte.

La Diabetes Mellitus es un trastorno endocrino-metabólico crónico, que afecta la función de todos los órganos y sistemas del cuerpo: el proceso mediante el cual se dispone del alimento como fuente energética para el organismo (metabolismo), los vasos sanguíneos (arterias, venas y capilares) y la circulación de la sangre, el corazón, los riñones, y el sistema nervioso (cerebro, retina, sensibilidad cutánea y profunda, etc.).

2.3. Tipos de Diabetes Mellitus:

Actualmente existen dos clasificaciones principales. La primera, correspondiente a la Organización Mundial de la Salud (OMS), en la que sólo reconoce tres tipos de diabetes (tipo 1, tipo 2 y gestacional) y la segunda, propuesta por la Asociación Americana de Diabetes (ADA) en 1997. Según el Comité de expertos de la ADA, los diferentes tipos de Diabetes Mellitus se clasifican en 4 grupos:

- *Diabetes Mellitus tipo 1 autoinmune:*

Característicamente se da en la época temprana de la vida y se debe a un déficit absoluto de insulina, dado por la destrucción de las células beta del páncreas por procesos autoinmunes. Sólo cerca de 1 entre cada 20 personas diabéticas tienen *diabetes*

tipo 1, la cual se presenta más frecuentemente en jóvenes y niños. En ella, las células beta del páncreas no producen insulina o apenas producen.

- *Diabetes Mellitus tipo 2:*

Es un mecanismo complejo fisiopatológico, aquí no hay producción de insulina y la glucosa no está bien distribuida en el organismo (resistencia a la insulina). Se observa en adultos, y es muy frecuente la asociación con la obesidad. Varios fármacos y otras causas pueden, sin embargo, causar este tipo de diabetes. Es muy frecuente la *diabetes tipo 2* asociada a la toma prolongada de corticoides, frecuentemente asociada a la hemocromatosis no tratada.

- *Diabetes Mellitus gestacional:*

Se detecta por primera vez durante el embarazo. Es una insuficiente adaptación a la insulineresistencia que se produce durante el embarazo. Es la complicación más frecuente en gestantes. Afecta entorno al 13 % de los embarazos. Su importancia radica en que la diabetes gestacional aumenta el riesgo de diversas complicaciones obstétricas como son: sufrimiento fetal, macrostomia, muerte intrauterina, partos por cesárea y problemas neonatales.

- *Otros tipos de Diabetes Mellitus:*

Otros tipos de Diabetes Mellitus menores (< 9 % de todos los casos diagnosticados) son:

Tipo 3A: defecto genético en las células beta.

Tipo 3B: resistencia a la insulina determinada genéticamente.

Tipo 3C: enfermedades del páncreas.

Tipo 3D: causada por defectos hormonales.

Tipo 3E: causada por compuestos químicos o fármacos.

3. JUSTIFICACIÓN:

En primer lugar, debemos destacar el gran desconocimiento de la sociedad sobre las enfermedades crónicas, concretamente la diabetes. Por ello se proponen realizar las actividades detalladas en este documento, ya que permiten acercar la enfermedad tanto a la sociedad como a los familiares y enfermos de diabetes.

Gracias a estas actividades muchos enfermos podrán conocer la existencia de la asociación *ASFADI*, y los múltiples recursos que esta pone a su disposición. Así, numerosos ciudadanos y ciudadanas de Albacete también podrán conocer sus niveles de glucosa, facilitando esto la detección precoz de diabetes.

Por todo ello, se considera de vital importancia la realización de las actividades propuestas durante la semana del Día Mundial de la Diabetes, ya que permite realizar prevención y sensibilización sobre la enfermedad en todos/as los ciudadanos de Albacete.

4. DESTINATARIOS:

Los ciudadanos y ciudadanas de Albacete y provincia.

5. OBJETIVOS:

5.1. Objetivos Generales:

- Promover la prevención y conocimiento de las repercusiones de la diabetes en la sociedad, así como dar a conocer la Asociación entre los ciudadanos y ciudadanas de Albacete.
- Aumentar el conocimiento de los ciudadanos y ciudadanas sobre la diabetes.

5.2. Objetivos Específicos:

- *Sensibilizar e informar* a los ciudadanos y ciudadanas sobre la importancia de la prevención de la diabetes.
- *Informar* a los diabéticos y diabéticas sobre la importancia de cuidarse y la posibilidad de asistir a la Asociación.
- Medir el azúcar de las personas que lo deseen.
- Promover la adquisición de *estrategias de afrontamiento de la enfermedad*.
- Proporcionar *información* correcta la diabetes y los diferentes tipos.
- Concienciar sobre las *diferencias y similitudes* entre las personas que padecen diabetes.

6. METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES:

- Instalación de Stand en el Centro de Ocio y Comercio IMAGINALIA DE ALBACETE, que se reparte material divulgativo e informativo a todos los asistentes y se hacen pruebas de glucemia. Donde se hacen unas 200 pruebas capilares, Además, se explica la alimentación que deben llevar niños y mayores en el día a día.
- Conferencias: en las que se tratará la importancia de la diabetes, y diversos temas relacionados con la misma. Para ello se contará con la presencia de diversos profesionales, como médicos o enfermeros, entre otros.
- Talleres prácticos de insulina y otros.
- Jornadas Deportivas.

7. TEMPORALIZACIÓN:

De Enero a Diciembre 2015

8. CONCLUSIÓN Y VALORACIÓN:

En general valoramos muy positivamente las actividades propuestas, y por ello esperamos seguir teniendo el apoyo ciudadano recibido hasta el momento con sus colaboradores. Para seguir teniendo estos controles de la Diabetes Mellitus

El Presidente de Asfadi



ASOCIACIÓN DE
FAMILIAS DIABÉTICAS

ASFADI