P-195

MCG COMO HERRAMIENTA EDUCATIVA EN DIABETES MELLITUS TIPO 2

Francisco Javier Pallarés Pallarés[1], Laia Onieva Gil[2], Dafne Burgués Hernández[1]

[1] *CAP Bordeta Magòria*
[2] *CAP Igualada Urbà*

DESCRIPCIÓN DEL CASO

Hombre de 55 años, con antecedentes de diabetes mellitus tipo 2 (DM2), hipertensión arterial y esteatosis hepática. Sin alergias medicamentosas conocidas ni antecedentes quirúrgicos. En tratamiento habitual con empagliflozina/metformina 12,5/1000 mg 1 comprimido cada 12 horas. Presentaba escasa conciencia de enfermedad y dificultades para incorporar hábitos de vida saludables. Refería consumo habitual de alcohol de 1-2 UBE/día. Presentaba un IMC de 28 kg/m^2. En la analítica previa destacaba una HbA1c de 9,9%.

EXPLORACIÓN Y PRUEBAS COMPLEMENTARIAS

Ante el mal control glucémico y la necesidad de valorar la conducta terapéutica antes de intensificar el tratamiento farmacológico, se plantea la utilización de monitorización continua de glucosa (MCG) durante 10 días. El objetivo fue valorar cambios en glucemia conjuntamente con un registro de alimentación.

ORIENTACIÓN DIAGNÓSTICA Y JUICIO CLÍNICO

En el informe AGP se observaba 52% del tiempo en rango, 41% alto y 7% muy alto con picos de hiperglucemia tras desayuno, comida y cena. Al valorar los gráficos diarios se apreciaba una mejoría de los picos de hiperglucemia posprandiales los últimos días de registros. Tras diez días de utilización, el paciente acude a consulta con una lista de alimentos que había identificado como responsables de mayores elevaciones glucémicas; refiere haber reducido su consumo y aumentado significativamente la ingesta de verduras. Asimismo, manifiesta haber adquirido mayor conciencia de la enfermedad al observar tanto sus niveles de glucosa como la velocidad con la que alcanzaba los picos posprandiales dependiendo del tipo de alimentación. Paralelamente, ha iniciado caminatas de una hora, tres veces por semana. Tras los 10 días de monitorización se realizan dos visitas de seguimiento y educación para la salud, centradas en alimentación saludable y aumento progresivo de la actividad física. Se refuerzan los cambios realizados y se utiliza la información obtenida mediante la MCG para favorecer la comprensión de la enfermedad y el autocuidado. La analítica de control queda pendiente para valorar objetivamente la evolución metabólica y la necesidad de intensificar terapia farmacológica.

La MCG se plantea no únicamente como herramienta de monitorización, sino como recurso educativo y motivacional. Tras la utilización de MCG y dos visitas de seguimiento, se observa un cambio conductual relevante: el paciente ha aumentado su conciencia sobre la enfermedad, ha modificado determinados hábitos alimentarios y ha incorporado actividad física regular. La experiencia pone de manifiesto el potencial de la MCG como herramienta de educación para la salud en la DM2, favoreciendo el autocuidado del usuario.

CÓMO CITAR

Pallarés Pallarés FJ, Onieva Gil L, Burgués Hernández D. MCG COMO HERRAMIENTA EDUCATIVA EN DIABETES MELLITUS TIPO 2. Diabetes Práctica. 2026;17(Supl. 4):171. doi:10.52102/diabet/pract.2026.s4