

EDUCACIÓN TERAPÉUTICA EN LA DIABETES TIPO 1 EN ESTADIOS 1 Y 2: PROPUESTA DE PROGRAMA EDUCATIVO BASADO EN LA EVIDENCIA

Natalia Mangas Fernández^{1,2}, Carmen Martínez Melgar¹, Montserrat Ramos Fortes¹, María José Martínez Roldán¹, Alex Mesa^{1,2,3}, Lilian Mendoza Mathison^{1,2,4,5}, Ana Chico Ballesteros^{1,2,4,5}

¹ Hospital de la Santa Creu i Sant Pau

² Institut de Recerca Sant Pau

³ CIBERDEM

⁴ CIBER-BBN

⁵ Departamento de Medicina, Universidad Autónoma



Hospital de la Santa Creu i Sant Pau

Introducción y objetivo

La diabetes tipo 1 (DM1) autoinmune en estadios 1-2 abre una ventana para anticipar educación, seguridad clínica y acompañamiento antes de la fase sintomática. Sintetizar la evidencia sobre diagnóstico temprano y educación terapéutica en DM1 y proponer un programa educativo específico para adultos en estadios 1-2, liderado por profesionales de educación en diabetes.

Métodos

Revisión narrativa de literatura y documentos de consenso, centrada en necesidades educativas, seguridad, impacto emocional y preparación. Se identificaron 30 registros; tras eliminar duplicados y excluir los estudios no relacionados con educación terapéutica, se incluyeron 8 artículos en la revisión.

Hallazgos de la evidencia

- La detección precoz genera incertidumbre y alta carga emocional.
- Se necesitan mensajes claros sobre riesgo, síntomas y cuándo consultar.
- La educación terapéutica en diabetes (ETD) debe ser gradual, realista y no culpabilizador.
- La preparación para un posible estadio 3 reduce miedo y mejora la toma de decisiones.
- La información sobre investigación y terapias debe ser neutra y estructurada.

Referencias esenciales

Referencia	Aporte al programa
ISPAD, 2024	Estadificación y educación adaptada al riesgo
ADA, 2025	Seguimiento y educación anticipatoria
Hummel, 2023	Seguridad y prevención del debut grave
Hoffmann, 2025	Calendarización de módulos
Hendriks, 2024	Contenidos clínicos del programa
DCES, 2025	Liderazgo enfermero
Davis, 2022	Diseño pedagógico del programa

Inicio ETD

Inmediata en la detección

Seguimiento

Primeros 3-6 meses

Refuerzo

Integrado en el circuito y en cada visita

Programa educativo propuesto

Comprender riesgo y seguridad

Qué significa estar en estadio 1-2, progresión, síntomas de alarma y contacto con el equipo.

Estilo de vida sostenible

Actividad, alimentación y sueño con recomendaciones realistas, adaptadas a la vida diaria y sin culpabilizar.

Preparación para estadio 3

Información anticipada sobre insulinización, seguimiento clínico y transición asistencial si aparece hiperglucemia persistente.

Plan de acción ante síntomas

Detección de hiperglucemia, glucemia capilar/CGM si procede, pasos prácticos y circuito de atención urgente.

Bienestar socio-emocional

Manejo de la incertidumbre, comunicación con familia y apoyo para sostener el proceso de vigilancia.

Investigación y terapias

Información objetiva sobre estudios y terapias modificadoras, favoreciendo decisiones compartidas e informadas.

Aplicaciones y referencias

- Integración en consulta educativa y endocrinología
- Formato mixto: presencial y teleconsulta.
- Material educativo estandarizado



Conclusiones

La educación terapéutica precoz en estadios 1-2 debe ser comprensible, gradual y segura. Un programa estructurado puede mejorar preparación, experiencia del paciente y continuidad asistencial.

Mensaje principal

Una ruta educativa específica para estadios 1-2 puede transformar el diagnóstico preclínico en una oportunidad de preparación, seguridad y apoyo continuado.