

Informazione, educazione e comportamenti delle persone con diabete

Angelo D'Argenzio, Servizio di Epidemiologia ASL Caserta 2, Aversa

Introduzione

Un efficace controllo della malattia diabetica non può avvenire senza il coinvolgimento attivo del paziente. L'educazione all'autogestione del diabete e l'osservanza di comportamenti sani rappresenta un aspetto centrale di qualsiasi strategia terapeutica.

Lo studio QUADRI mira ad esplorare, tra l'altro, l'informazione ricevuta, dai pazienti tra i 18 ed i 65 anni, sul controllo metabolico e sulla progressione della malattia, sui comportamenti ed i corretti stili di vita da adottare e sui diritti acquisiti.

Risultati

Il 67% dei pazienti è informato sull'importanza della misurazione periodica dell'**emoglobina glicata**: tra questi soltanto 2 su 3 dichiarano di effettuarla ogni 4 mesi.

Il trattamento farmacologico espone i pazienti a possibili **crisi ipoglicemiche**: il 68% dei pazienti, in cura con farmaci, ha dichiarato di aver ricevuto consiglio su cosa fare in caso di tale evenienza. Il **controllo giornaliero dei piedi** è essenziale per prevenire il "piede diabetico": soltanto il 49% dei pazienti conosce l'importanza di tale pratica. Tra questi meno della metà (43%) esegue l'autoispezione giornaliera.

Quasi tutti i pazienti (90%) hanno ricevuto consiglio di smettere di **fumare**, tuttavia il 25%, valore simile alla popolazione generale, continua a fumare.

Il 73% dei pazienti in studio è risultato in **eccesso di peso**: quasi tutti sanno di esserlo (8/10), il 98% ha ricevuto consiglio di dimagrire ma soltanto 1 paziente su 2 (52%), sta facendo qualcosa per perdere peso (dieta, attività fisica, farmaci). Il 93% dei pazienti ha ricevuto informazione riguardo l'importanza dell'osservanza di adeguate **abitudini alimentari**. L'**attività fisica regolare** ha benefici effetti sul controllo della glicemia e di altri fattori correlati con il diabete (ipertensione, controllo lipidico, controllo del peso). Più dell'80% dei pazienti riceve tale informazione ma solo il 41% svolge un'attività fisica abituale (almeno 5 volte alla settimana) ed efficace (almeno 30 minuti).

Il 94% dei pazienti, infine, è stato informato sui propri **diritti** (esenzioni, controlli, presidi).

Conclusioni

L'analisi dei dati preliminari dello studio Quadri ha indicato aree dove è necessario migliorare, rispettivamente, l'informazione o l'educazione dei pazienti, per indurre opportuni cambiamenti nei comportamenti. Appare necessario **garantire l'informazione** laddove sono apparse scarse le conoscenze: emoglobina glicata, controllo dei piedi, gestione dell'ipoglicemia, conoscenza dello sovrappeso. Viceversa, risulta necessaria una **rimodulazione della comunicazione** rispetto ai corretti stili di vita: nonostante la percezione diffusa (più del 90% è informato su fumo, controllo del peso, corretta attività fisica ed alimentazione ponderata) i comportamenti attuati dimostrano l'inefficacia degli attuali interventi educativi.