



CARTAS AL DIRECTOR

Ejercicio y diabetes mellitus tipo 2

Exercise and Type 2 Diabetes Mellitus

Sr. Director:

El trabajo de Ariza et al.¹ publicado en la revista ATENCIÓN PRIMARIA es producto de una iniciativa de la Sociedad de Diabéticos de Cartagena y su comarca (SODICAR) que en 2006 se propuso establecer el ejercicio físico como parte de la prescripción activa que las personas con diabetes mellitus tipo 2 (DM2) reciben de los médicos de familia, y no como una mera recomendación pasiva, como habitualmente sucede.

A tal fin, SODICAR diseñó el Proyecto «Ejercicio y DM2» que intentaba implicar a los profesionales de un centro de salud (CS) para que enviaran a sus pacientes con DM2 a realizar ejercicio de forma reglada y gratuita, y posteriormente comparar su evolución con otro grupo de pacientes sin ejercicio. Para llevar a cabo esta actividad, SODICAR presentó el proyecto a las otras 2 partes implicadas (Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Cartagena y un CS del Área de Cartagena, finalmente el de Barrio Peral); aportó la Memoria inicial del mismo y la bibliografía que sustentó su elaboración y la petición de subvenciones por parte del CS; financió los folletos de Educación Diabetológica (ED) que se repartieron en el CS entre los participantes del programa; aportó su nutricionista (M.^a José Otón Aparicio) para las sesiones de ED en el CS y sufragó sus honorarios; reservó plazas y horario para los pacientes del CS en el Pabellón Municipal; contrató los servicios de una Licenciada en Educación Física (Ingrid Armada Albaladejo) para la realización de las sesiones de ejercicio; reembolsó el importe del seguro de accidentes exigido por el comité de ética para la realización de un estudio comparativo con pacientes; supervisó el desarrollo de las sesiones de ejercicio; y coordinó el esfuerzo de las 3 partes implicadas en el proyecto para que éste pudiera salir adelante.

Durante las múltiples reuniones preparatorias, se estableció que las 3 partes implicadas en el desarrollo del proyecto debían tener conocimiento de las comunicaciones y publicaciones que sobre el mismo se hicieran y debía

reconocerse en ellas, mediante nota redactada al efecto, la participación y contribución de SODICAR y el Pabellón Deportivo Municipal. De ahí nuestra sorpresa al ver publicado este trabajo sin respetar las más elementales normas de cortesía y sin atender las normas de publicación (autoría y agradecimientos).

De ninguna manera y en ningún momento SODICAR ha renunciado a la autoría del Proyecto «Ejercicio y DM2» y, como tal, sigue desarrollando el mismo en colaboración con otros CS y otros pabellones deportivos municipales. Nuestra intención es promover la práctica del ejercicio para mejorar la evolución de la DM2 y otros factores de riesgo cardiovascular frecuentemente asociados (HTA, dislipidemia, obesidad, etc.), y tratar de cuantificar esa mejoría no solo en los parámetros biológicos y antropométricos habituales, sino también en la calidad de vida relacionada con la salud, el estado funcional de los pacientes y en la disminución del gasto farmacéutico. Pero sobre todo, pretendemos que el ejercicio se incorpore efectivamente al arsenal terapéutico que el médico tiene a su disposición.

Por último, sirva este proyecto como testigo de la voluntad de los propios pacientes de involucrarse activamente en su cuidado a través de su participación en asociaciones que de forma lenta e irregular pero también inexorable influirán en nuestra forma de ejercer la medicina en los próximos años.

Bibliografía

1. Ariza Copado C, Gavara Palomar V, Muñoz Ureña A, Agüera Mengual F, Soto Martínez M, Lorca Serralla JR. Mejora en el control de los diabéticos tipo 2 tras una intervención conjunta: educación diabetológica y ejercicio físico. *Aten Primaria*. 2011;43 (8):398-406.

Javier González Pérez

Asesoría médica, Sociedad de Diabéticos de Cartagena y su comarca, Cartagena, Murcia, España
Correo electrónico: javigonper@telefonica.net

doi:[10.1016/j.aprim.2011.10.006](https://doi.org/10.1016/j.aprim.2011.10.006)