

# Boletín CAIPaDi

## Impacto de las apps en el cuidado de las personas con diabetes

Vivir con diabetes representa un desafío al que las personas con esta condición deben enfrentarse día a día porque su comportamiento tiene consecuencias directas en el control de la enfermedad.

Actualmente, el avance de la tecnología ha permitido el diseño de herramientas digitales que pretenden hacer más sencillo el cuidado de la persona con diabetes. Entre ellas se encuentran las aplicaciones de teléfonos inteligentes que favorecen el seguimiento ordenado de parámetros como los niveles de glucosa, registro de alimentos y de actividad física.

Dentro de las metas de tratamiento, el control glucémico es esencial en la prevención de complicaciones; sin embargo, independientemente del tratamiento farmacológico, algunas personas persisten con problemas para alcanzar las metas establecidas.

La Asociación Americana de Diabetes menciona en los estándares de cuidado de la diabetes que publicó en 2022 que el uso de la tecnología puede ayudar en el tratamiento<sup>1</sup>.

Recientemente, en la revista *Diabetes Therapy* se publicó un estudio en el que se evaluó el uso de una aplicación para teléfonos inteligentes, aprobada por la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA), que brinda asesoría para hacer ajustes en la dosis de insulina basal con base en registros de glucosa en ayuno y recomendaciones de su médico en personas con diabetes tipo 2<sup>2</sup>.

Se dio seguimiento a 2517 personas de India (2137, 84.9%), México (309, 12.3%) y Colombia (71, 2.8%) que se registraron en la app de agosto de 2018 hasta abril de 2020 y se evaluó el porcentaje de personas que alcanzaron la meta de glucosa en ayuno, el tiempo en alcanzar la meta, cambios en la dosis de insulina y episodios de hipoglucemias. Para esto, se dividió a los participantes en usuarios frecuentes, aquellos que reportaban niveles de glucosa en ayuno más de 3 veces a la semana, usuarios moderadamente frecuentes, personas que reportaban niveles de glucosa de 1 a 3 veces a la semana y usuarios poco frecuentes a los que reportaban valores de glucosa menos de 1 vez a la semana.

En los resultados se documentó que 44% de los usuarios alcanzaron la meta de glucosa establecida por su médico. De ellos, los usuarios frecuentes lograron las metas en menor tiempo con ajustes en la dosis de insulina sin un incremento significativo en los episodios de hipoglucemia. Comparado con los datos arrojados por la aplicación, los usuarios frecuentes llegaron a la meta tres veces más que los usuarios moderadamente frecuentes y casi 19 veces más veces que los usuarios poco frecuentes.

Los resultados de este estudio demuestran que el acompañamiento a los pacientes con estas herramientas permite lograr los objetivos de tratamiento de forma eficaz y segura

### **Dra. Diana Hernández Juárez.**

Endocrinóloga adscrita al Centro de Atención Integral del Paciente con Diabetes.

### **Referencia bibliográfica:**

1. Committee, A. D. (2022). Diabetes Technology: Standards of Medical Care in Diabetes- 2022. *Diabetes Care*, S97-S112.
2. Unnikrishnan, A. G.-A. (2022). Impact of My Dose Coach App Frequency of Use on Clinical Outcomes in Type 2 Diabetes. *Diabetes Therapy*, 983-993.