

Boletín CAIPaDi

El papel y la necesidad del apoyo psicológico en el tratamiento de adolescentes y jóvenes que padecen diabetes tipo 1.

Una de las áreas de atención clínica fundamentales en personas con diabetes es la evaluación y tratamiento de la salud mental.

Malachowska y colaboradores¹ han publicado un análisis sobre los retos que las y los adolescentes con diabetes tipo 1 (DM1) enfrentan y cómo esto deriva en la necesidad de apoyo psicológico.

Los adolescentes con DM1 enfrentan numerosas situaciones, cambios físicos y psicológicos que pueden afectar su bienestar y tratamiento:

-Los niveles de estrés suelen aumentar y afectar su calidad de vida, lo que en ocasiones resulta en renuencia al autocuidado y falta de autocontrol.

-Pueden surgir conflictos con sus compañeros y/o familiares, experimentar la sensación de desgaste emocional y la percepción de ser excluidos.

--Mayor propensión a padecer ansiedad, depresión y trastornos de la conducta alimentaria.

-Alteraciones en la autopercepción, con problemas de baja autoestima y distorsión de la imagen corporal.

-Dificultades en la transición de la atención clínica pediátrica a la adulta (adaptación a un nuevo sistema de salud).

-Saturación de medidas de autocuidado (inyecciones de insulina, manejo de equipos de infusión, monitoreo, apego al plan de alimentación, etc).

-Disminución de la actividad física por miedo a las hipoglucemias.

Para atender estas situaciones, es importante implementar estrategias de apoyo psicológico, como ejercicios de gratitud (percibir aquellas cosas que generan felicidad y orgullo) y afrontamiento, conformación de equipos multidisciplinarios,

estrategias para ayudar al control glucémico durante las rutinas de ejercicio, así como fomentar la confianza, autoeficacia y resiliencia.

Estas medidas han mostrado mejorar la calidad de vida de las personas con DM1, el apego al tratamiento, la obtención y mantenimiento de metas de control y reducción de complicaciones.

Es nuestro deber generar conciencia sobre la importancia de la atención psicológica en personas con DM1 en cualquier nivel de atención clínica.

Dr. Héctor Velázquez Jurado
Psic. Ana Villalpando Gutiérrez.
Psicología CAIPaDi.

Referencia:

1. Małachowska M, Gosławska Z, Rusak E, Jarosz-Chobot P. The role and need for psychological support in the treatment of adolescents and young people suffering from type 1 diabetes. *Front Psychol.* 2023. 4;13. doi: 10.3389/fpsyg.2022.945042.