

Depresión y ansiedad, daños colaterales de la diabetes

La diabetes es uno de los principales problemas de salud pública en México y en el mundo. El Instituto Nacional de Salud Pública indica que 14 por ciento de los adultos en nuestro país padece esta enfermedad, que se estima que podría ser la causa de 80 000 muertes por año.

Si bien existen numerosos estudios e información sobre las características epidemiológicas de la diabetes, sus consecuencias y cómo prevenirla, pocas veces se atiende la salud psicológica de los pacientes diagnosticados y las emociones que enfrentan al vivir con esta enfermedad. Ante esto, investigadores de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Coahuila (Uadec) realizaron un estudio piloto para encontrar indicadores de depresión y ansiedad en pacientes con diabetes mellitus tipo 2, en la Zona Metropolitana de Saltillo, Coahuila.

El objetivo del proyecto es hacer un diagnóstico de la enfermedad en la región y conocer los estragos emocionales en los afectados, con la finalidad de ofrecer —en un futuro— alternativas de intervención psicológica para la prevención y tratamiento de este padecimiento. Para el doctor Joel Zapata Salazar, profesor investigador de la Facultad de Psicología de la Uadec, una enfermedad multifactorial como la diabetes necesita abordarse desde diferentes disciplinas, entre ellas la psicología, para así alcanzar una salud integral y una mejor calidad de vida para el paciente.

“Como psicólogos, trabajamos con la conducta y sabemos que la diabetes es un problema multifactorial. A lo largo de la vida hicimos o dejamos de hacer muchas cosas que nos condujeron a ella; todo eso tiene que ver con conductas y, por supuesto, repercute. Decimos que se presenta en la edad adulta, pero viene de muchos años atrás, y ahí es donde tenemos que incidir. La psicología no va a curar la diabetes, pero va a ayudar a prevenirla y manejarla cuando se presenta el diagnóstico”.

A partir de estas premisas, los especialistas de la Uadec desarrollaron un estudio piloto cuantitativo de corte correlacional para encontrar indicadores de depresión y ansiedad en pacientes diagnosticados con diabetes mellitus tipo 2 y las diferentes relaciones entre los aspectos de su contexto, a partir de una muestra integrada por 60 personas, cuyo único requisito era tener diagnosticado este padecimiento. Ya se terminó la etapa de aplicación y están evaluándose los resultados.

Los resultados preliminares indican que 10.9 por ciento presenta depresión, esta cifra representa una sintomatología baja. Otro de los resultados señala que, a pesar de los datos, 100 por ciento de los encuestados indicó que no tiene ningún deterioro y no requiere apoyo psicológico; sin embargo, gran cantidad de ellos recibe atención psicológica especializada en diferentes instituciones de salud: “dicen que no requieren atención psicológica pero la reciben, 77 por ciento ya ha visitado a un psicólogo en sus instituciones de

salud. Entonces ellos no se perciben con problemas psicológicos; no obstante, los están atendiendo y no lo relacionan como tal”.

Los investigadores también encontraron un alto nivel de ansiedad en los pacientes enfermos con diabetes mellitus tipo 2, relacionado con manifestaciones físicas de este desequilibrio: “44 por ciento de la gente tiene ansiedad mínima, pero 37 por ciento de nuestra población tiene ansiedad moderada y responde de manera cognitiva a la ansiedad. Hablamos que 77 por ciento reacciona de manera fisiológica, es decir, le duele la cabeza, tiene problemas de presión alta, hay algún deterioro físico por la ansiedad. 80 por ciento actúa de manera motora, es decir, ante la ansiedad que genera estar enfermo de diabetes, hacen actividades pero no modifican a nivel de procesos cognitivos las conductas que necesitan cambiar para estar mejor”, puntualizó la especialista.

Agregó que cuando empiezan a presentarse las complicaciones, se acentúan los síntomas de ansiedad y luego los de depresión, que empiezan de una manera sutil y van naturalizándose, es decir, la persona va acostumbrándose, pero con psicoeducación, orientación adecuada y corrigiendo patrones cognitivos y conductuales, los síntomas podrían retrasarse. **UP**

Fuente: Conacyt Ciencia MX, <http://www.cienciamx.com/index.php/ciencia/salud/25079-depresion-ansiedad-daños-colaterales-diabetes>