



## Documento de posición sobre el papel del Dietista en la prevención y el control de la diabetes gestacional y de tipo 2

Los dietistas, como miembros de equipos multidisciplinares integrados, tienen un papel central en el apoyo a la prevención y control de la diabetes<sup>1, 2</sup>. La modificación de la dieta y el estilo de vida se consideran los pilares de la prevención eficaz de la diabetes y de su autocontrol. Los dietistas están especialmente cualificados para traducir la ciencia de la nutrición y aplicarla al asesoramiento nutricional, la promoción de la nutrición saludable en la diabetes, y a las iniciativas de salud pública, disminuyendo la carga de enfermedades prevenibles a través de una buena nutrición.

### Los papeles del dietista.

Los dietistas juegan diversos papeles dentro de los equipos de diabetes. Los dietistas son educadores y promotores de estilo de vida, altamente cualificados; apoyan y capacitan a las personas con diabetes a elegir alimentos saludables, a llevar un estilo de vida activo y a cumplir a corto y largo plazo, con sus metas personales y médicas<sup>2</sup>. Los dietistas trabajan como educadores entrenados en diabetes en los programas de autocontrol y de educación diabetológica. Proporcionan a los pacientes terapia individualizada y asesoramiento nutricional tanto en consulta individual como grupal, teniendo en cuenta aspectos personales y culturales, preferencias, estilo de vida y la voluntad y capacidad de la persona para cambiar<sup>2</sup>. Los dietistas que trabajan en la diabetes también juegan un papel clave asesorando en la gestión del sobrepeso y la obesidad, fomentando una mayor actividad física, interpretando el autocontrol de los registros de glucosa y asesorando sobre el mejor modo de integrar el control de los medicamentos en la dieta y estilo de vida del paciente<sup>3</sup>. Mantener o mejorar la calidad de vida de los pacientes, es el núcleo principal de las intervenciones dietéticas.

### El dietista en la diabetes gestacional.

El papel del dietista en el manejo de la diabetes gestacional es particularmente importante<sup>4</sup> ya que la prescripción del tratamiento dietético puede ayudar a normalizar los niveles de glucosa en sangre, prevenir y minimizar las complicaciones en el embarazo y durante el parto, y apoyar el normal desarrollo del feto.

### El dietista y la diabetes tipo 2

Las intervenciones sobre la diabetes en las que participan dietistas, tienen una eficacia probada sobre la mejora de una serie de resultados en la diabetes tipo 2. El tratamiento y la educación grupal a cargo de dietistas entrenados, se asocia con la reducción significativa en los niveles de HbA1c, la disminución de la resistencia a la insulina y una mejor calidad de vida, frente a aquellos proporcionados por un equipo médico y pedagógicamente cualificado<sup>5</sup>. En diabetes tipo 2 mal controladas, a pesar de un óptimo tratamiento farmacológico, una intervención dirigida por dietistas demostró mejorar significativamente el control glucémico, el peso y la circunferencia de cintura, y dio lugar a una disminución significativa de la ingesta de grasa saturada<sup>6</sup>. También hay evidencia de que las intervenciones dietéticas en las que participan dietistas, son eficaces reduciendo la progresión a diabetes tipo 2 en personas con pre-diabetes (58% de reducción en el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 con una intervención intensiva sobre su estilo de vida). Dentro de estas intervenciones, los dietistas trabajan como promotores de estilo de vida, así como gestores de casos e investigadores activos<sup>2</sup>. Y lo que es más importante, las intervenciones dietéticas para prevenir la diabetes han demostrado ser coste eficientes<sup>7</sup>.

#### Referencias

1. Tuomilehto J, Schwarz P, Lindström J. Long-Term Benefits From Lifestyle Interventions for Type 2 Diabetes Prevention. *Diabetes Care*. May 1, 2011;34(Supplement 2):S210-S214.
2. Delahanty LM. Research charting a course for evidence-based clinical dietetic practice in diabetes. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*. 2010;23(4):360-370.
3. Pastors JG, Warshaw H, Daly A, Franz M, Kulkarni K. The Evidence for the Effectiveness of Medical Nutrition Therapy in Diabetes Management. *Diabetes Care*. March 2002;25(3):608-613.
4. Reader D, Splett P, Gunderson EP. Impact of Gestational Diabetes Mellitus Nutrition Practice Guidelines Implemented by Registered Dietitians on Pregnancy Outcomes. *Journal of the American Dietetic Association*. 2006;106(9):1426-1433.
5. Trento M, Basile M, Borgo E, et al. A randomised controlled clinical trial of nurse-, dietitian- and pedagogist-led Group Care for the management of Type 2 diabetes. *J Endocrinol Invest*. Nov 2008;31(11):1038-1042.
6. Coppell KJ, Kataoka M, Williams SM, Chisholm AW, Vorgers SM, Mann JI. Nutritional intervention in patients with type 2 diabetes who are hyperglycaemic despite optimised drug treatment - Lifestyle Over and Above Drugs in Diabetes (LOADD) study: randomised controlled trial. *BMJ*. 2010;341.
7. Wylie-Rosett J, Herman WH, Goldberg RB. Lifestyle intervention to prevent diabetes: intensive and cost effective. *Curr Opin Lipidol*. Feb 2006;17(1):37-44.





## LA FEDERACIÓN EUROPEA DE ASOCIACIONES DE DIETISTAS (EFAD)

EFAD se fundó en 1978 con los objetivos de:

- Promover el desarrollo de la profesión de dietista
- Desarrollar la dietética a nivel científico y profesional en el interés común de las asociaciones miembros
- Facilitar la comunicación entre las asociaciones nacionales de dietistas y otras organizaciones profesionales, educativas y gubernamentales
- Fomentar un mejor estado nutricional de la población de los países europeos.

### Aspiraciones de EFAD:

- Tomar conciencia de la contribución que los dietistas pueden aportar a la mejora de la salud nutricional en Europa.
- Apoyar a las asociaciones nacionales de dietistas para contribuir a la sostenibilidad de la salud económica y social, a través de su influencia sobre los responsables de tomar decisiones tanto a nivel local como en Europa.
- Alcanzar una práctica dietética basada en la evidencia de la mejor calidad en Europa a través de la colaboración y las alianzas
- Promover la educación y la formación a lo largo de la vida con el fin de elevar y mantener los estándares europeos de la dietética

EFAD está abierta a las Asociaciones Nacionales de Dietistas, de los estados miembros de la Unión Europea. EFAD actualmente cuenta con 33 asociaciones miembros, que representan a más de 30.000 dietistas en 26 países europeos.

### Definición de dietista

Un dietista es una persona con cualificación en Nutrición y Dietética reconocido por la autoridad nacional competente. El dietista aplica la ciencia de la nutrición a la alimentación y educación individual y de grupos de personas tanto individual tanto en la salud como en la enfermedad.

Para más información, visita por favor la web: [www.efad.org](http://www.efad.org) o contacte con [secretariat@efad.org](mailto:secretariat@efad.org)

