



Barreras psicológicas por parte de profesionales y pacientes para iniciar la insulinización

Por: Iñaki Lorente

👉 Toque **aquí** para escuchar el PODCAST completo.

Barreras relacionadas con la psicología en los profesionales¹

- Percibir que la insulina es una herramienta terapéutica de manejo más complicado que otras.
- Que no esté tan acostumbrado a gestionarla (menor porcentaje de pacientes a los que atiende con esta estrategia terapéutica).



Barreras relacionadas con la psicología en los pacientes²

Sentimiento de culpa por el escaso autocuidado

Sentimiento de culpabilidad por no haberse cuidado todo lo que hubiera podido ("si le hubiese hecho caso a mi médico, quizás ahora no me encontraría en esta situación").

Entender la insulinización como la última fase en el tratamiento³

El paciente se proyecta hacia el pasado y el futuro de manera ineficaz, asociando la insulina a la "última frontera" tras la cual no hay nada más que pueda ayudarle a controlar su diabetes.



La seguridad que aporta lo conocido Opinión del autor



Cuando alguien se enfrenta a una decisión entre el presente conocido y el futuro incierto, es probable que en la reflexión focalice su atención en los aspectos positivos de su presente (obviando los negativos) y los confronte con los elementos negativos de un futuro imaginado (y temido) debido a sus recelos e incertidumbres. Cuando esto ocurre, es muy fácil que concluya que lo mejor es quedarse tal y como está ahora.

Recomendaciones

- 1 - Que el paciente conozca la insulina desde el diagnóstico
- 2 - Evitar transmitir la idea de que la insulina es la consecuencia negativa
- 3 - El profesional debe argumentar y transmitir las decisiones

Explorar creencias erróneas del paciente para ayudar a corregirlas

Opinión del autor

Ideas del paciente	Posibles argumentos a utilizar
"La diabetes que requiere insulina es la grave."	<ul style="list-style-type: none"> - La diabetes es grave independientemente del tratamiento que se emplee. - La peor diabetes, es la mal controlada y la insulina le ayudará a evitarlo.
"La culpa es mía, si me hubiera cuidado más..."	<ul style="list-style-type: none"> - Mirar al pasado solo sirve si es para mejorar el presente. Mejor preguntarse: ¿qué puedo hacer desde ahora para cuidar mejor mi salud?
"Con insulina, me convertiré en esclavo de mi diabetes."	<ul style="list-style-type: none"> - Es cierto que al principio exige un esfuerzo extra de atención, pero llegará el momento en que esté en su rutina diaria y no le dedicará tanto tiempo.
"Viviré en constante peligro por las hipoglucemias."	<ul style="list-style-type: none"> - Si bien no puedo decirle que no vaya a tenerlas, intuyo que usted le está dando una importancia desmesurada porque cree que serán muy frecuentes y mucho más graves de lo que realmente suele ocurrir. - A la hora de pautarle insulina, el primer objetivo es que tenga la menor cantidad de hipoglucemias posibles.
<p>"Soy incapaz de aprenderlo todo."</p> <p>"Mi cabeza ya no está para estudiar."</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le iremos enseñando poco a poco y en todo momento estaremos a su lado para resolverle las dudas. - Puede que aprenda más despacio, pero nunca se deja de aprender. Lo importante es acompañar el paso a lo que usted sea capaz.

Referencias:

1. López Simarro F. ¿Por qué no insulinizamos cuando es necesario? Cuadernos de la redGDPS. Disponible en: https://www.redgdps.org/cuadernos/resources/3/978-84-09-33657-9_art-1.pdf. Último acceso: marzo de 2022.
2. Fundación redGDPS. ¿Cómo insulinizar en tres días? Disponible en: <https://www.sanoficonladiabetes.es/opinion-expertos-diabetes/redgdps-protocolo-insulinizacion-3-dias-artola>. Último acceso: marzo de 2022.
3. Artola Menéndez S, et al. Programa educativo «en tres días» para iniciar la insulinización. Disponible en: http://www.diabetespractica.com/files//docs/publicaciones/138235935204_Programa_educativo.pdf. Último acceso: marzo de 2022.